

山陽小野田市食育推進計画改訂版

元気いっぱい
ねたろう「食育」プラン



平成 26 年 7 月

山陽小野田市

目 次

第1章	計画策定にあたって	1
	1 計画策定の趣旨	
	2 計画の位置づけ	
	3 計画の期間及び評価	
	4 計画策定の体制	
第2章	山陽小野田市の食をめぐる現状と課題	2
	1 山陽小野田市の概要	
	2 山陽小野田市の食の現状と課題	
第3章	山陽小野田市における食育推進の基本的な考え方	22
	1 基本理念	
	2 目的・方向性	
第4章	山陽小野田市の食育推進の目標	25
	1 目標と目標値	
第5章	山陽小野田市の食育推進の具体的施策	27
	1 食育推進の具体的施策	
	2 事例紹介	
第6章	山陽小野田市食育推進計画の食育推進体制について	39
	1 市における食育推進体制について	
	2 食育推進のためのネットワークづくり	
資料編	41

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

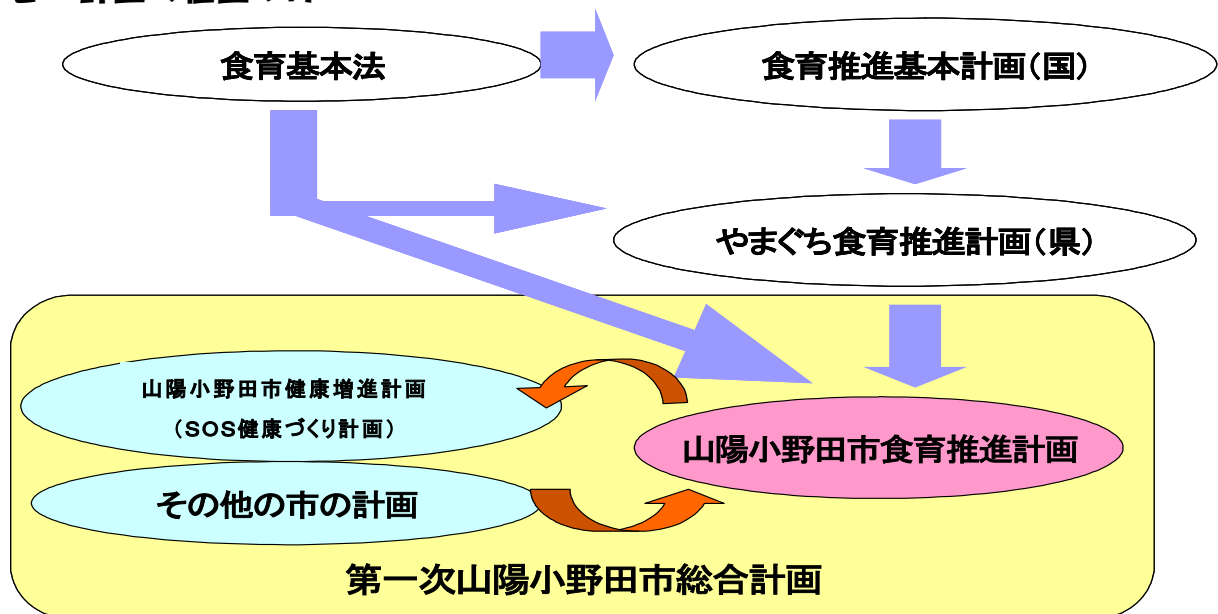
近年、ライフスタイルや価値観が多様化し、食生活の乱れや生活習慣病の増加をはじめ、食に対する感謝の念や、伝統的な食文化の喪失など様々な「食」に関する問題が懸念されています。

国は、このような問題に対処するため、平成17年6月に「食育基本法」を制定、平成18年3月に「食育推進基本計画」を策定しました。その中で、食育についての基本理念を明らかにするとともにその方向性を示し、国民運動として食育に取り組んでいくこととしています。

山口県では、平成19年3月に「やまぐち食育推進計画」を策定しました。

本市においても、地域の特性を生かした食育の推進をする指針として、「山陽小野田市食育推進計画（ねたろう「食育」プラン）」を策定しました。

2 計画の位置づけ



3 計画の期間及び評価

この計画の期間は、平成23年度から平成27年度までの5年間とします。

評価については、中間評価を平成25年度、最終評価を平成27年度に実施します。また、計画の見直しが必要な場合は、期間中においても検討します。

4 計画策定の体制

- ・ 山陽小野田市食育推進プロジェクトチームの設置
- ・ 山陽小野田市食育推進計画策定協議会の設置

第2章 山陽小野田市の食をめぐる現状と課題

1 山陽小野田市の概要

(1) 地勢

山陽小野田市は、山口県の南西部に位置し、下関市、宇部市、美祢市と接しており、南北が約20km、東西が約15km、総面積は132.99km²です。

海岸線一帯はほとんど干拓地で、市内中央部には厚狭川、有帆川が流れ、瀬戸内海に注いでいます。

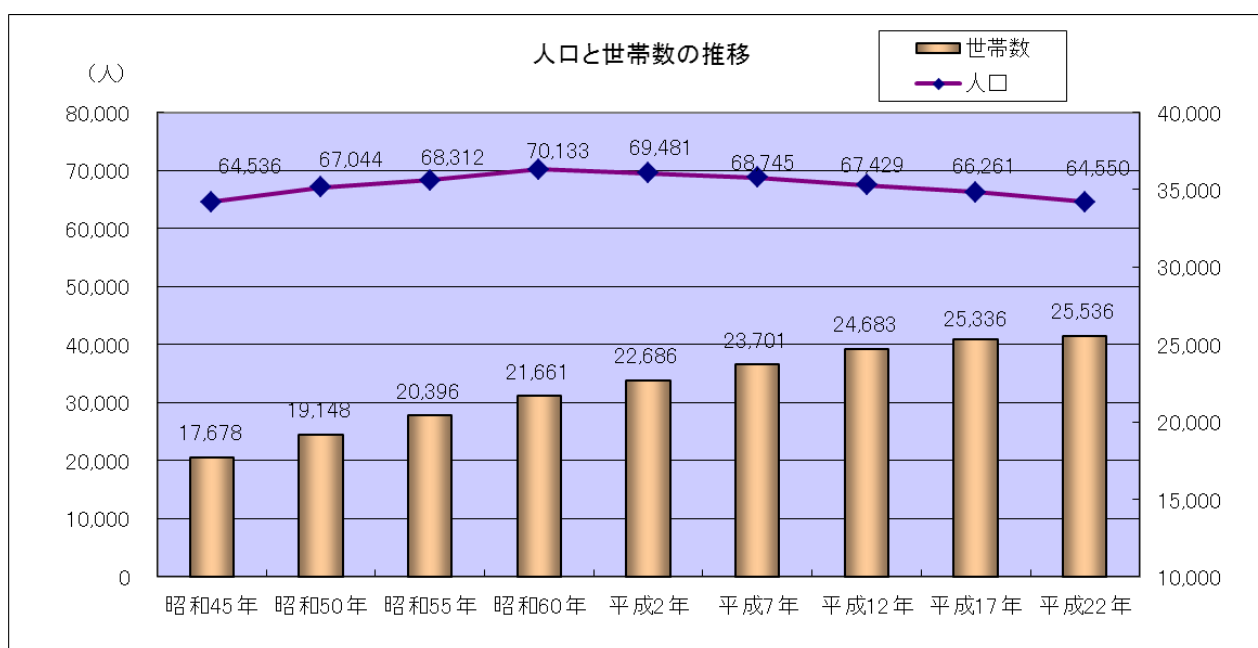
市街地を取り囲むように、丘陵部の里山や河川、海などの豊かな自然のほか、森と湖に恵まれた公園、海や緑に囲まれたレクリエーション施設などが多くあります。



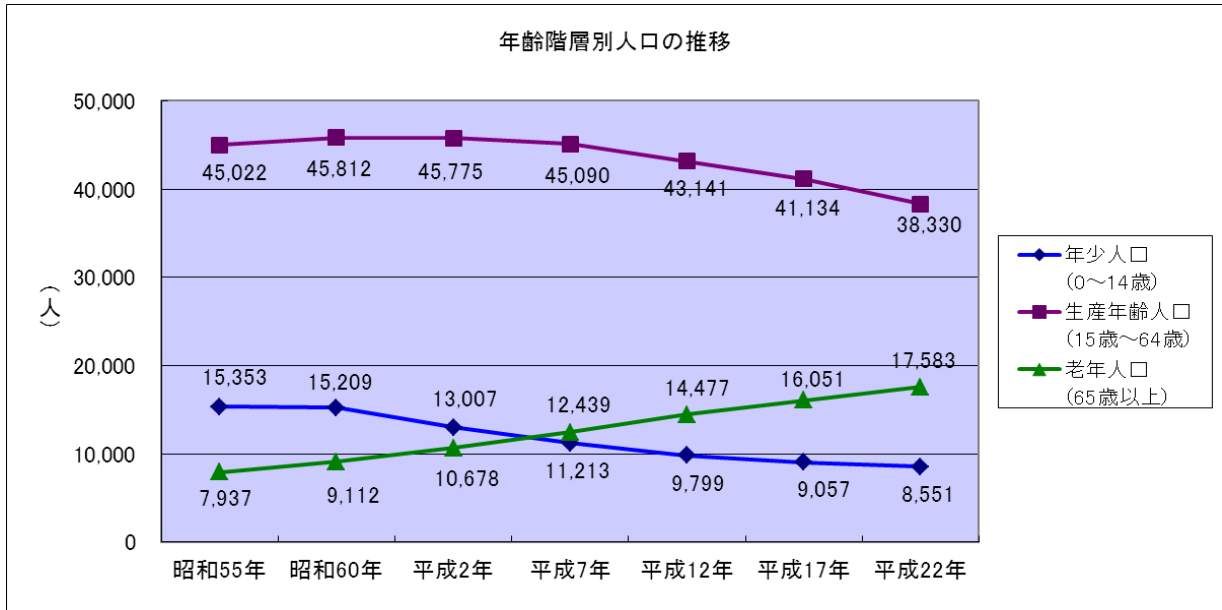
(2) 人口と世帯

昭和45年(1970年)から平成22年にかけて本市の人口の推移をみると、昭和60年(1985年)をピークとして微減傾向が続き、人口減少が続いています。

一方、世帯数は一貫して増加傾向を示しており、核家族化が進行しています。また、本市の年齢3階級別人口の推移をみると、少子・高齢化の進行により、0～14歳の年少人口の減少と65歳以上の老年人口の増加傾向が顕著にみられ、平成7年(1995年)から老年人口が年少人口を上回っています。

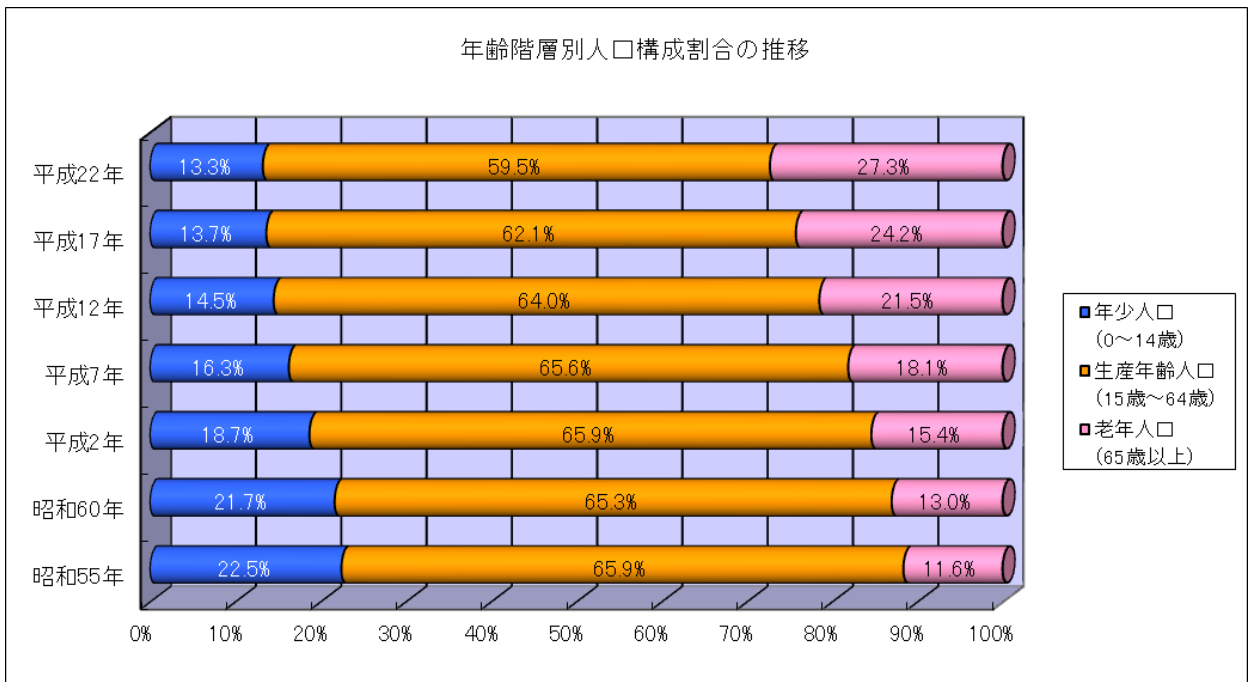


(総務省統計局「国勢調査報告」、山口県統計年鑑)



(総務省統計局「国勢調査報告」)

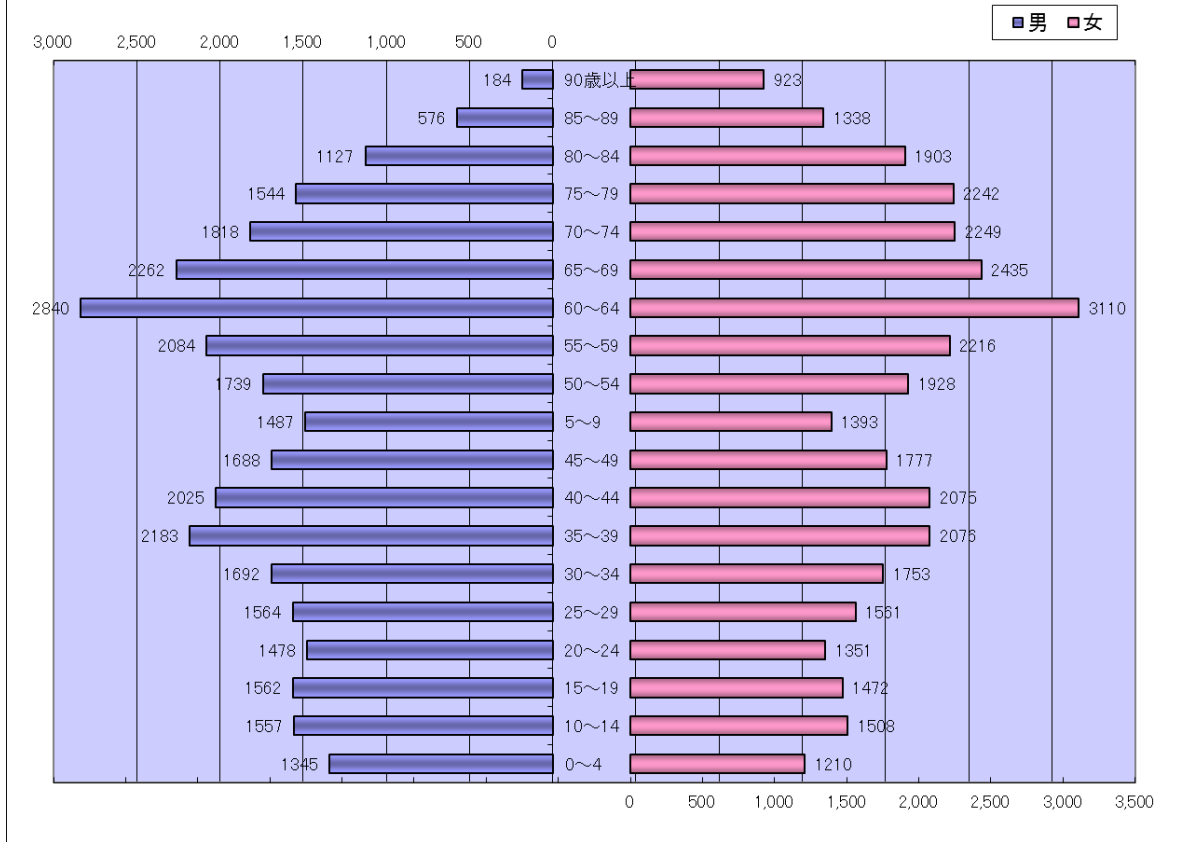
※平成2年以降の調査には年齢不詳者があり、年齢階層別人口と総人口が一致しない。



(総務省統計局「国勢調査報告」)

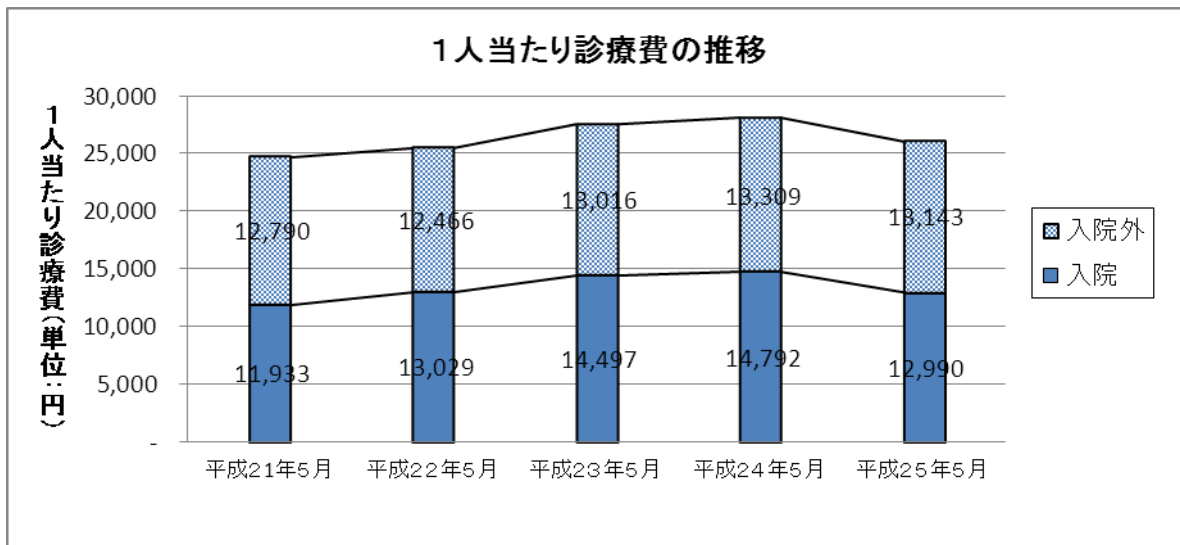
※平成2年以降の調査には年齢不詳者があり、年齢階層別人口と総人口が一致しない。

年齢別・男女別人口ピラミッド



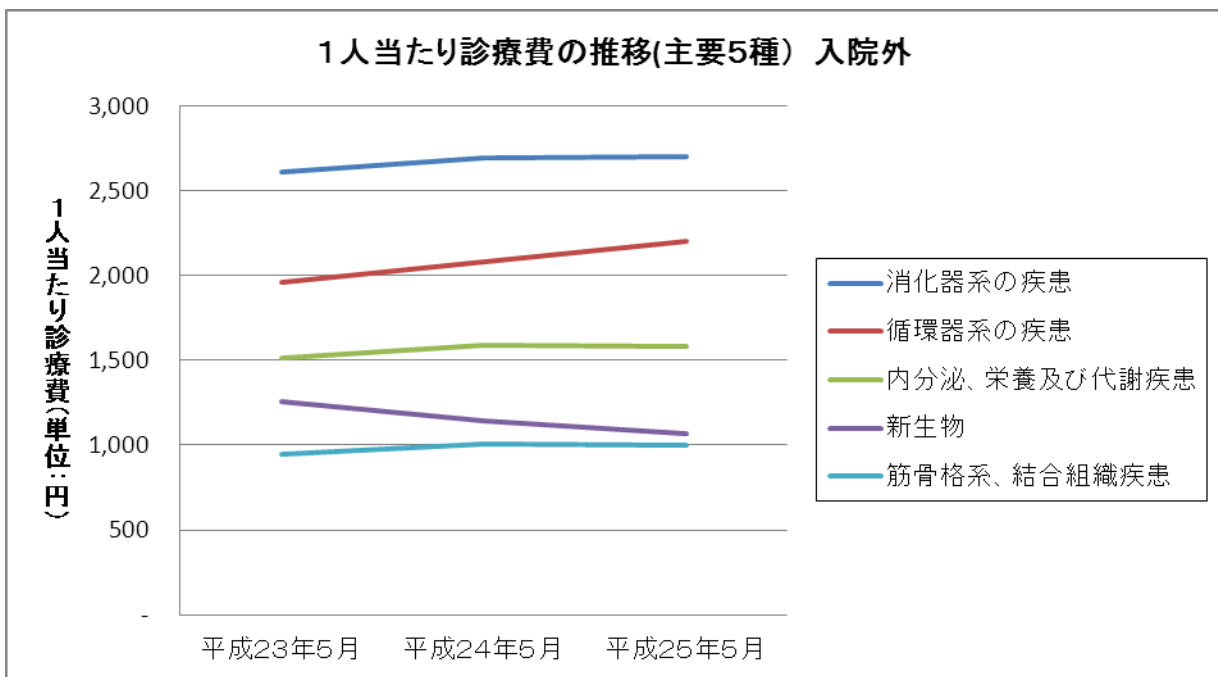
(住民基本台帳※平成 25 年 4 月 1 日現在人口)

(3) 医療費の現状



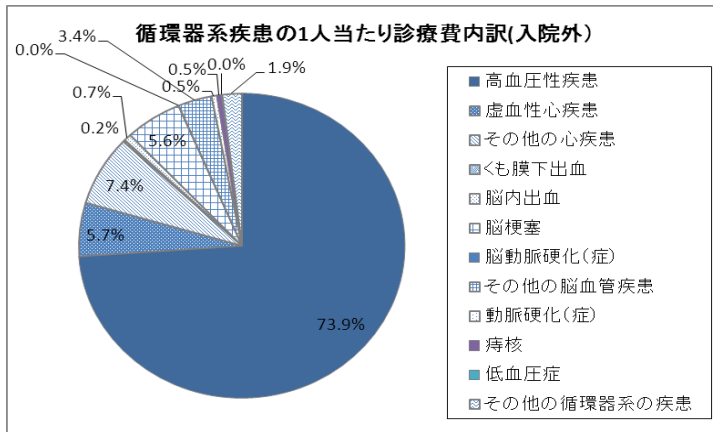
(山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

市国保の1人当たりの診療費は、入院、入院外とも増加傾向にありましたが、平成25年はやや減少しました。



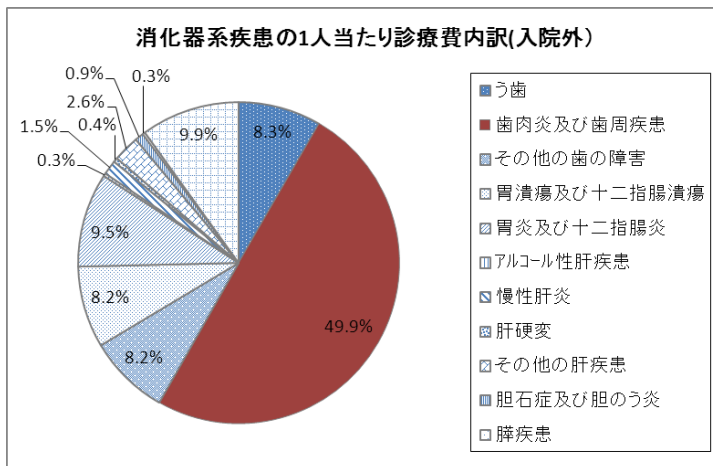
(山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

市国保の1人当たりの入院外の診療費の上位を占める疾患は、第1位が消化器系の疾患、第2位が循環器系の疾患、第3位が内分泌栄養及び代謝疾患でした。



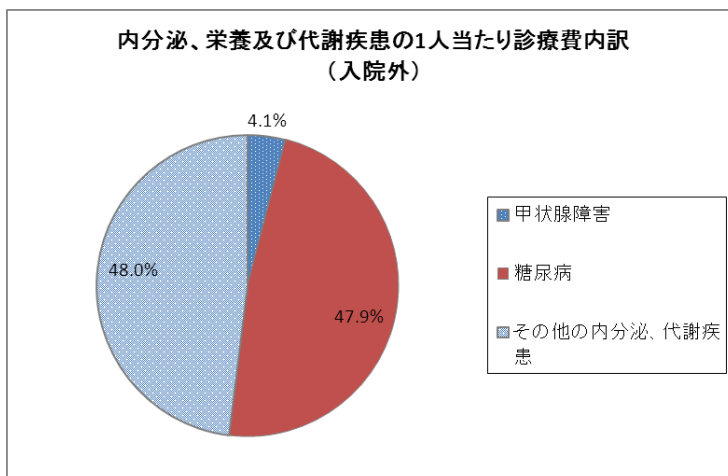
(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

循環器系疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）で最も多いのは、高血圧性疾患で 73.9% でした。



(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

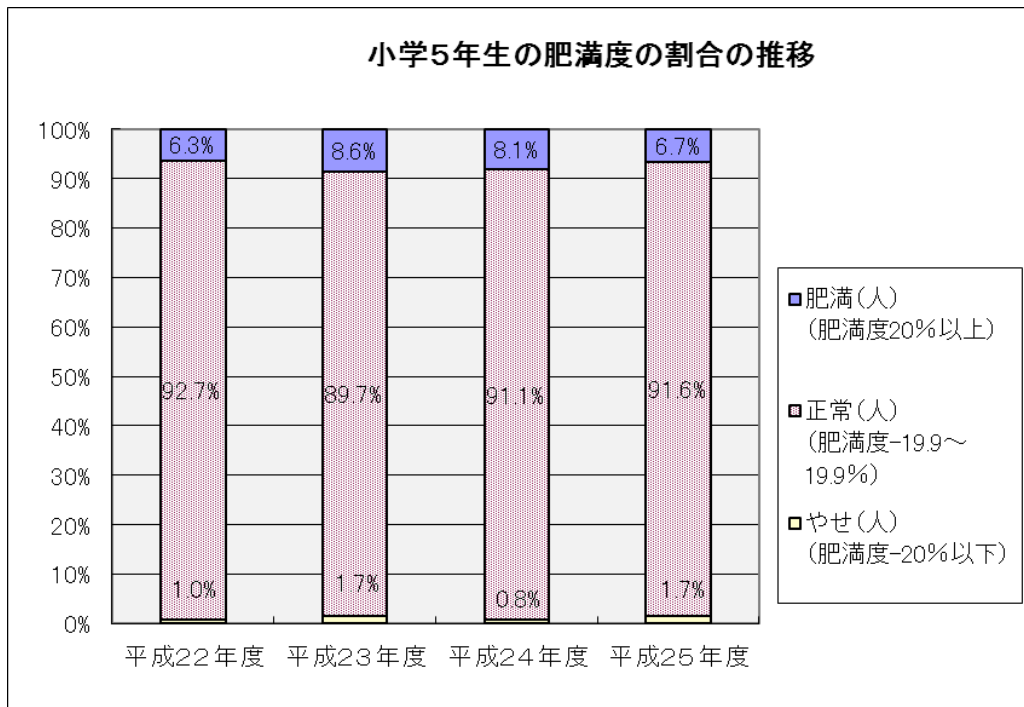
消化器系疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）のうち、う歯、歯肉炎及び歯周病、その他の歯の障害といった歯科に関する疾患が 66.4% でした。



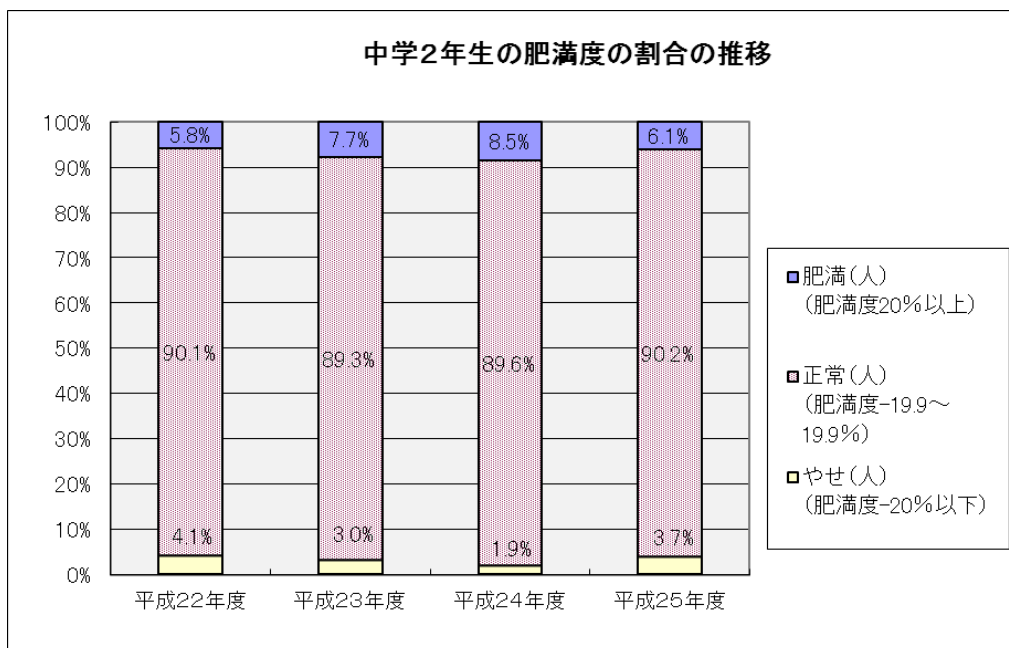
(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

内分泌、栄養及び代謝疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）のうち 47.9% が糖尿病でした。

(4) 生活習慣に関する現状
子どもの肥満度について



(山陽小野田市児童生徒健康診断)



(山陽小野田市児童生徒健康診断)

市内小学5年生の「やせ」の割合と市内中学生の「やせ」の割合を比較すると、中学2年生の方が「やせ」の割合が多くなっています。

(参考)肥満、やせ(痩身)傾向児の算出方法について

(学校保健統計調査 文部科学省)

性別、年齢別、身長別標準体重から肥満度(過体重度)を算出し、肥満度が20%以上の者を肥満傾向児、-20%以上の者をやせ(痩身)傾向児としている。肥満度の求め方は以下のとおりである。

肥満度(過体重度) =

$$[\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}^*] / \text{身長別標準体重 (kg)}^* \times 100 (\%)$$

$$*\text{身長別標準体重} = a^{**} \times \text{実測身長 (cm)} - b^{**}$$

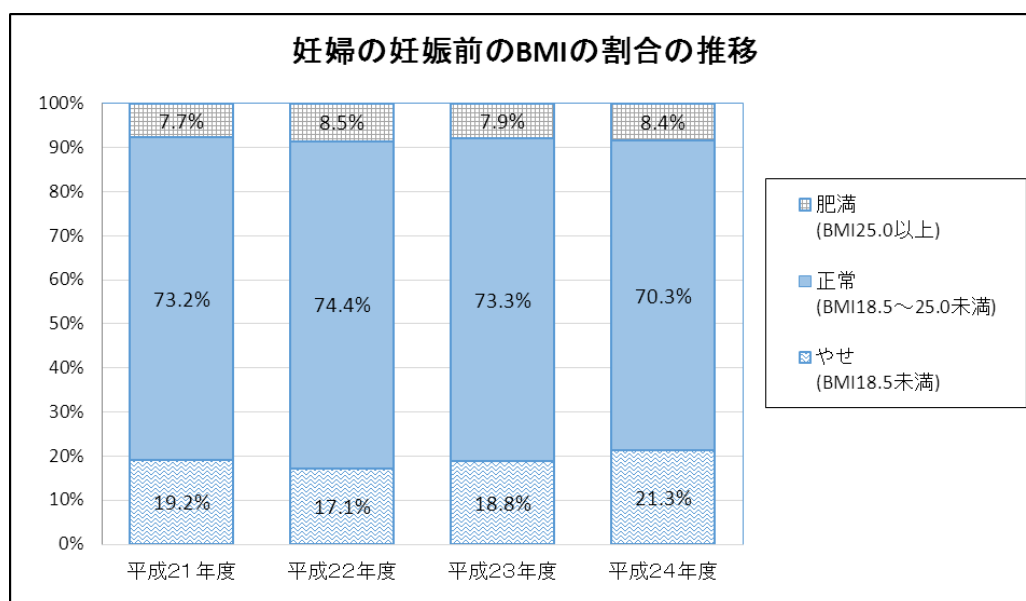
**a、bは下表の値

年齢 \ 係数	男		女	
	a	b	a	b
5	0.386	23.699	0.377	22.750
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264
15	0.766	70.989	0.560	37.002
16	0.656	51.822	0.578	39.057
17	0.672	53.642	0.598	42.339

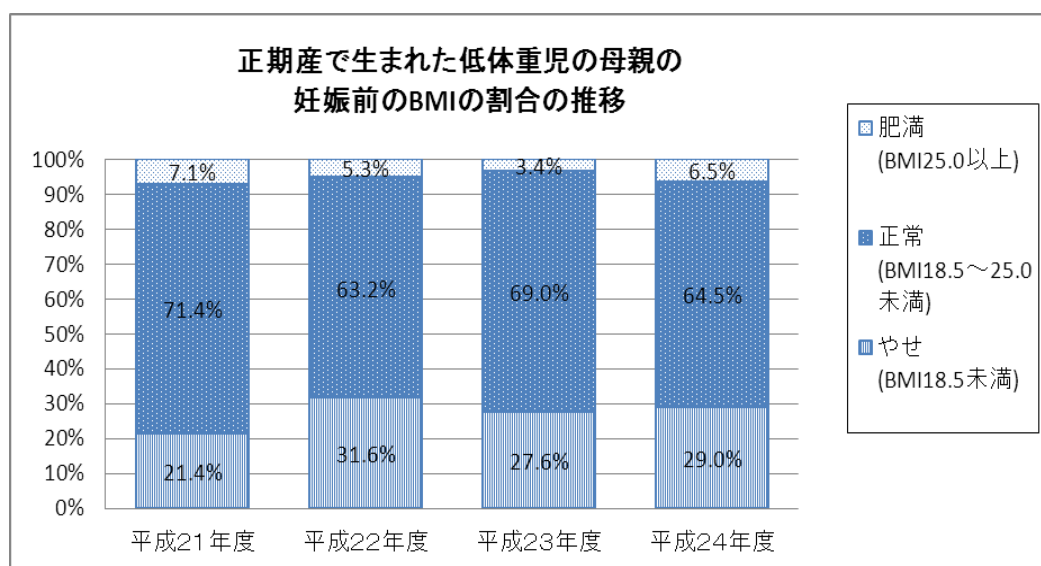
出典：財団法人日本学校保健会『児童生徒の健康診断マニュアル(改定版)』

平成18年

妊婦の妊娠前の肥満度について



(妊産婦の記録)



(妊産婦の記録)

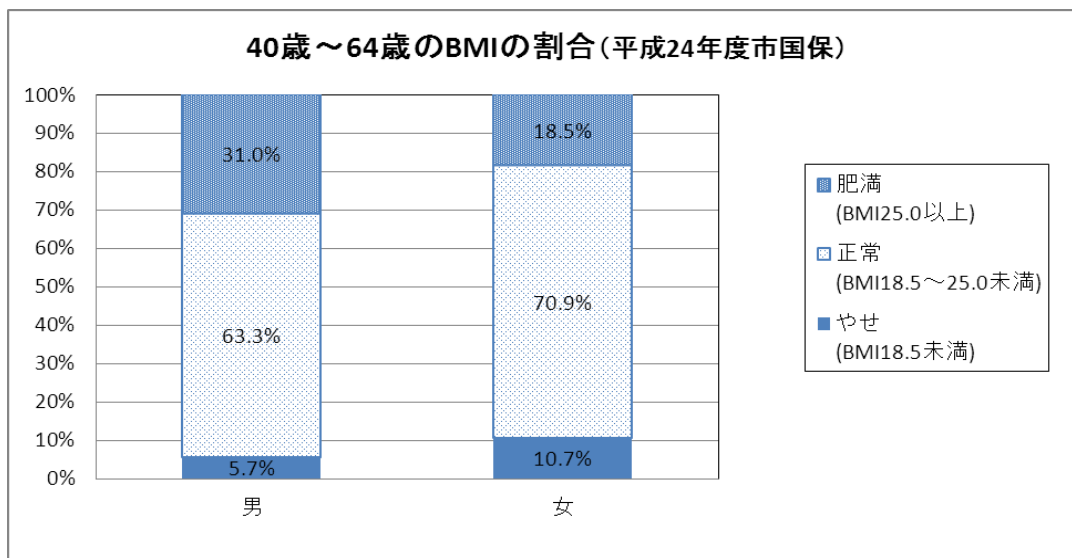
母子健康手帳交付時の妊婦の妊娠前のBMI（自己申告）を集計した結果、「やせ」の割合が平成24年度は21.3%でした。

また、正期産で生まれた低体重児の母親の妊娠前のBMI（自己申告）を集計した結果、「やせ」の割合が平成24年度は29.0%と妊婦全体の「やせ」の割合と比べて多くなっています。

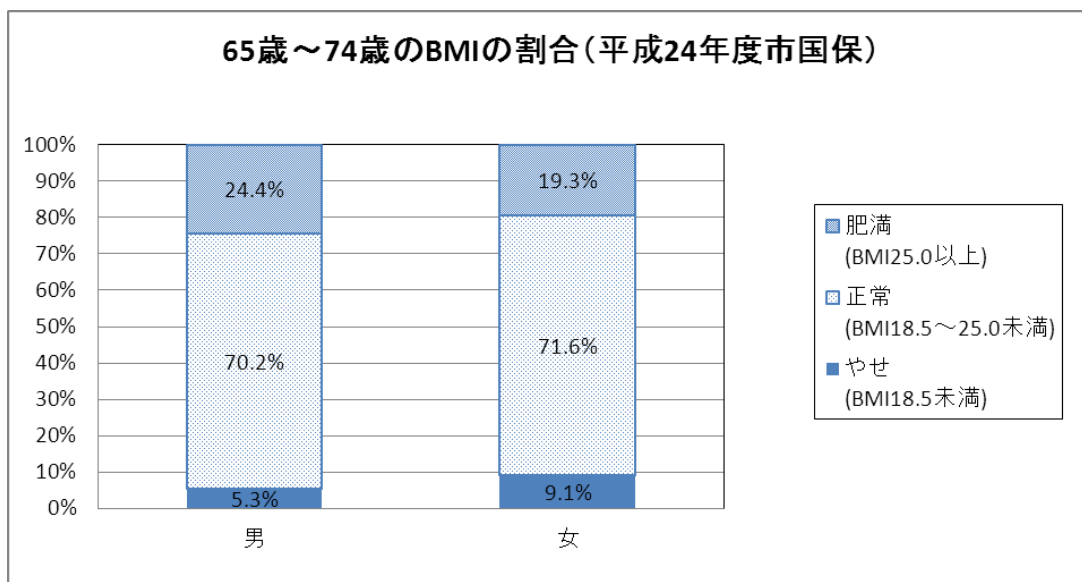
(参考)肥満の判定

BMI (Body Mass Index, 肥満指数) = 体重[kg] / (身長[m])² を用いて判定
(日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 2000年)

成人と高齢者の肥満度について



(平成24年度山陽小野田市国民健康保険特定健康診査)

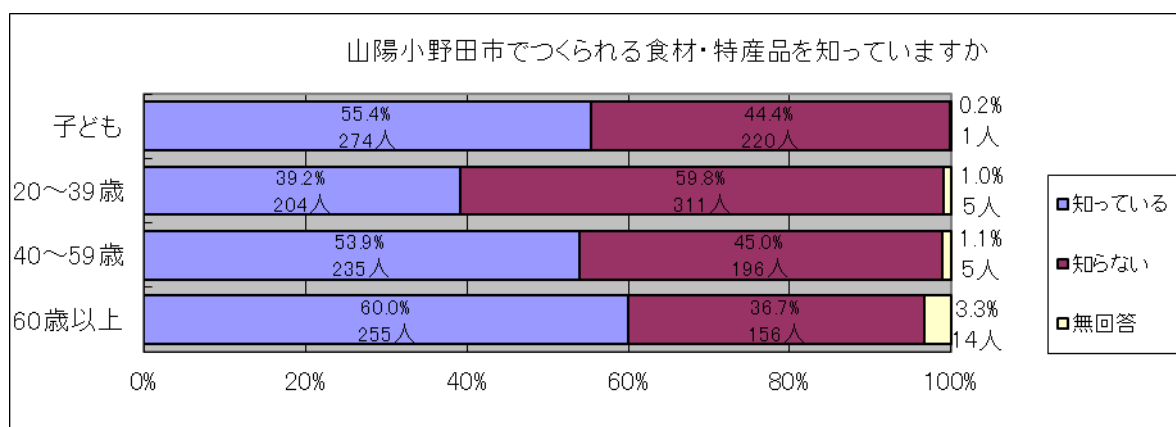


(平成24年度山陽小野田市国民健康保険特定健康診査)

平成24年度の市国保の特定健診の結果、40～64歳の「肥満」の割合は、男性が31.0%、女性が18.5%でした。また、65歳～74歳の「肥満」の割合は、男性が24.4%、女性が19.3%でした。どちらの年代も男性の方が「肥満」が多く、女性の方が「やせ」が多くなっています。

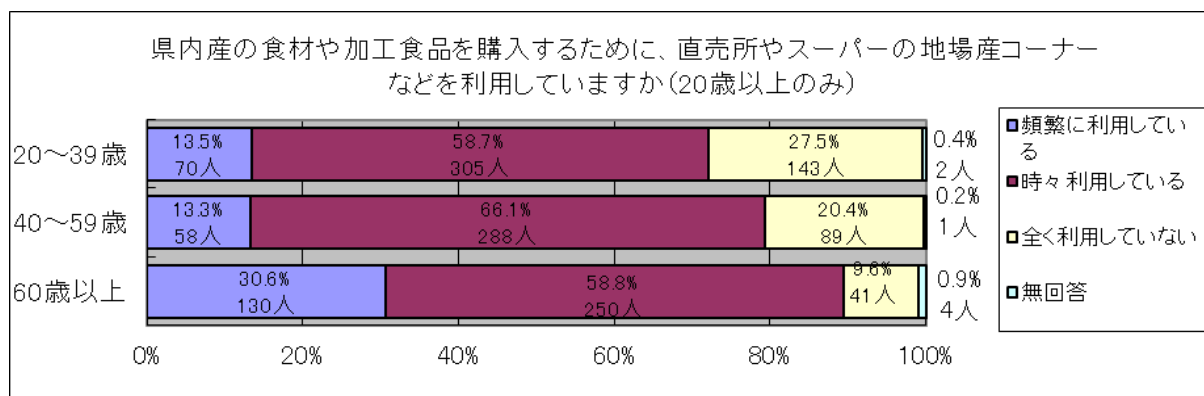
2 山陽小野田市の食の現状と課題

(1) 山陽小野田市産の食材・特産品の認知度について



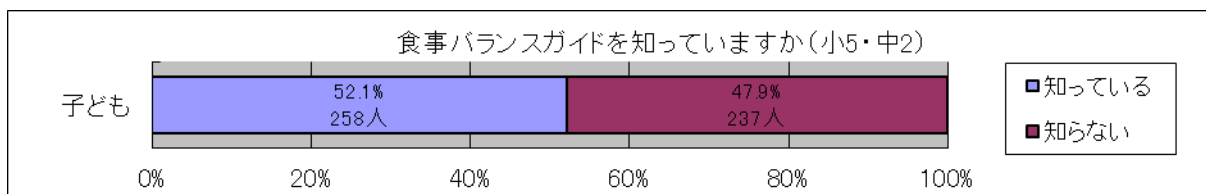
平成 21 年度の調査と比べて、「知っている」と回答した人が、子どもでは 52.6%から 55.4%に、成人では、20～39 歳が 28.7%から 39.2%、40～59 歳では 47.4%から 53.9%と認知度が増えました。

(2) 山陽小野田市の食材の購入について

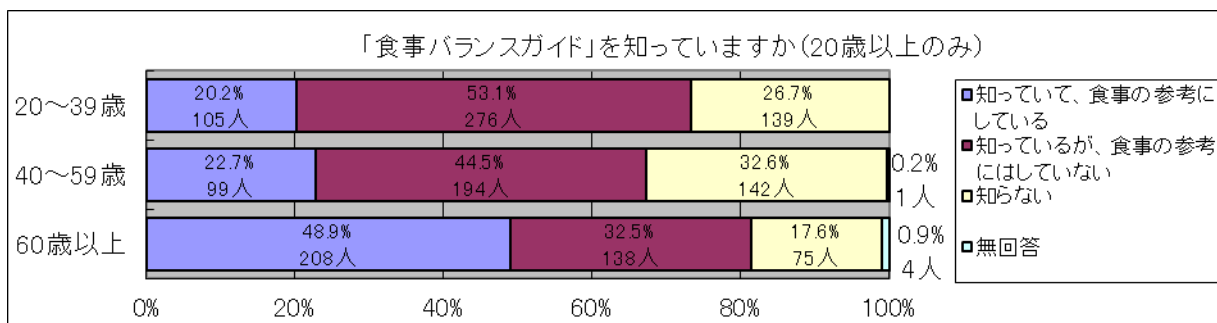


平成 21 年度の調査と比べて、直売所やスーパーの地場産コーナーを「頻繁に利用している」と答えた人は 20～39 歳では 15.5%から 13.5%、40～59 歳では 20.2%から 13.3%と減少しました。

(3) 食事バランスガイドの認知度について

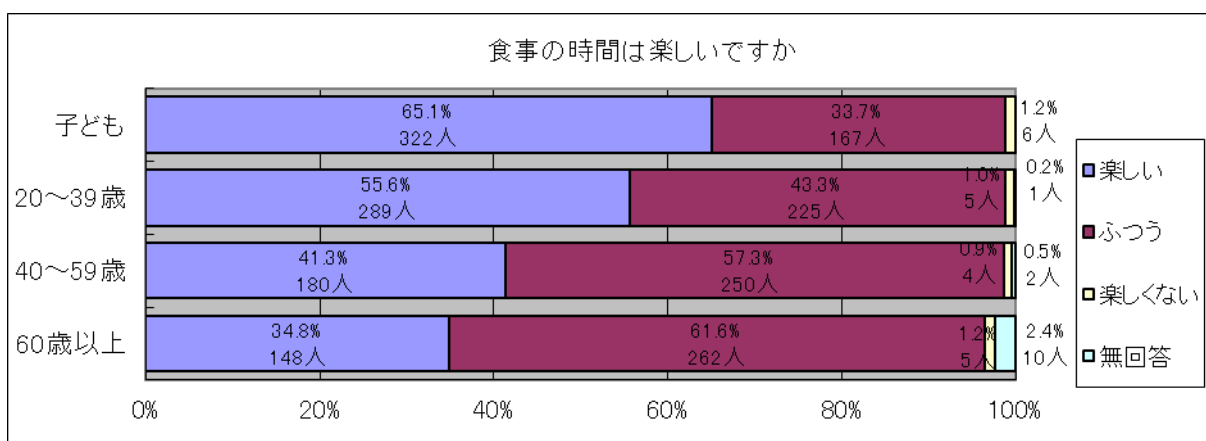


食事バランスガイドを「知っている」と回答した子どもは、52.1%でした。



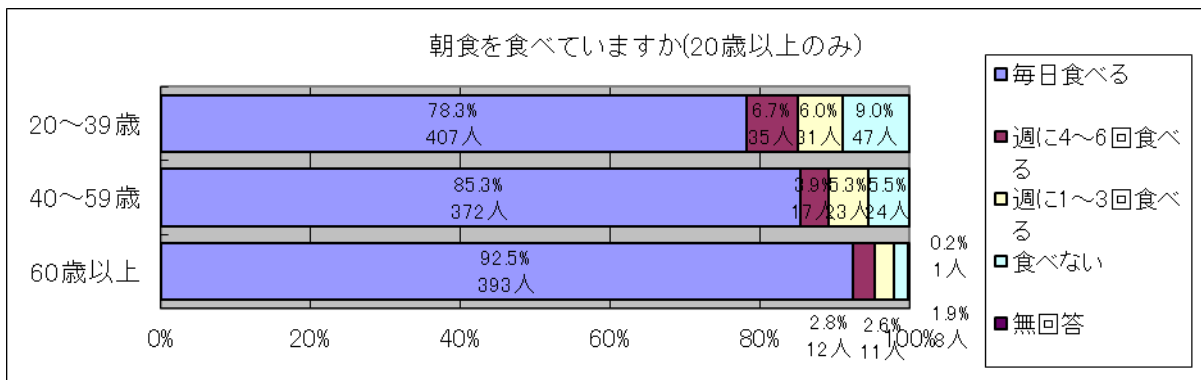
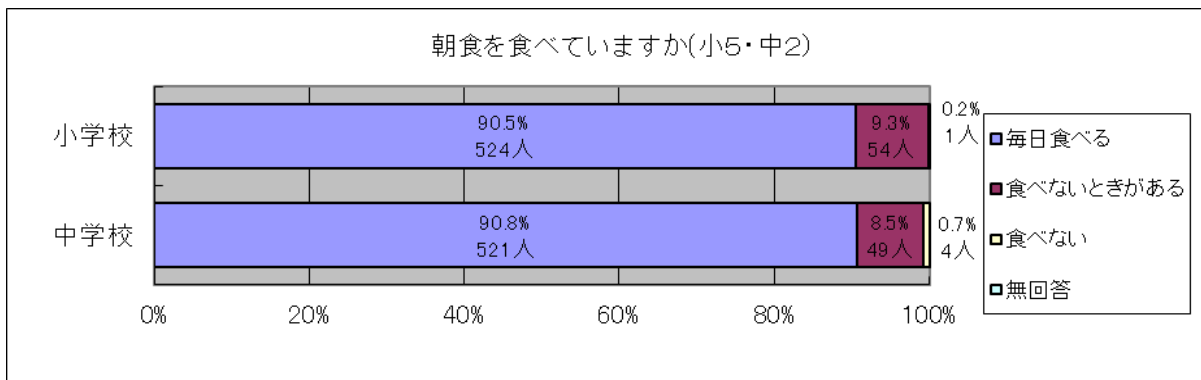
平成21年度の調査と比べて、食事バランスガイドを「知っている、食事の参考にしている」と答えた人は、成人では20～39歳が18.1%から20.2%と活用度は増加しましたが、40～59歳は25.6%から22.7%、60歳以上は52.6%から48.9%と活用度が減少しました。

(4) 食の楽しさ

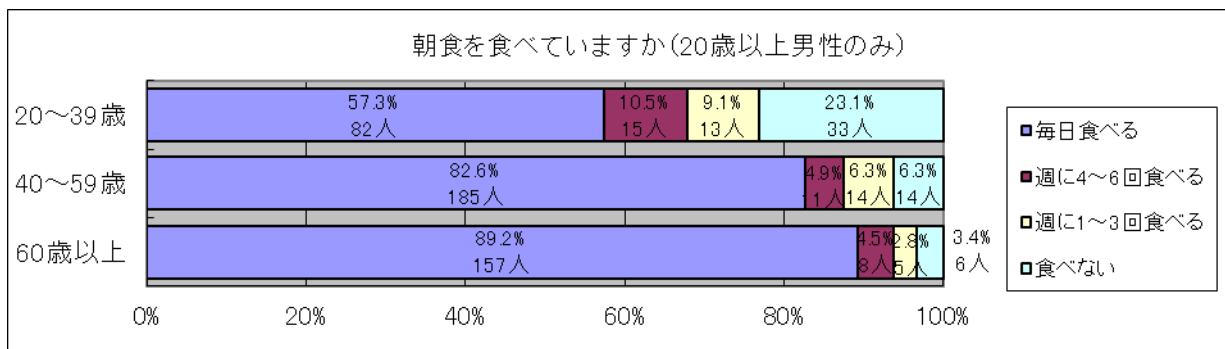


平成21年度の調査と比べて、「楽しい」と回答した人が、子どもでは48.9%から65.1%、成人では40～59歳が37.0%から41.3%と増加しました。しかし60歳以上は42.3%から34.8%と減少しました。

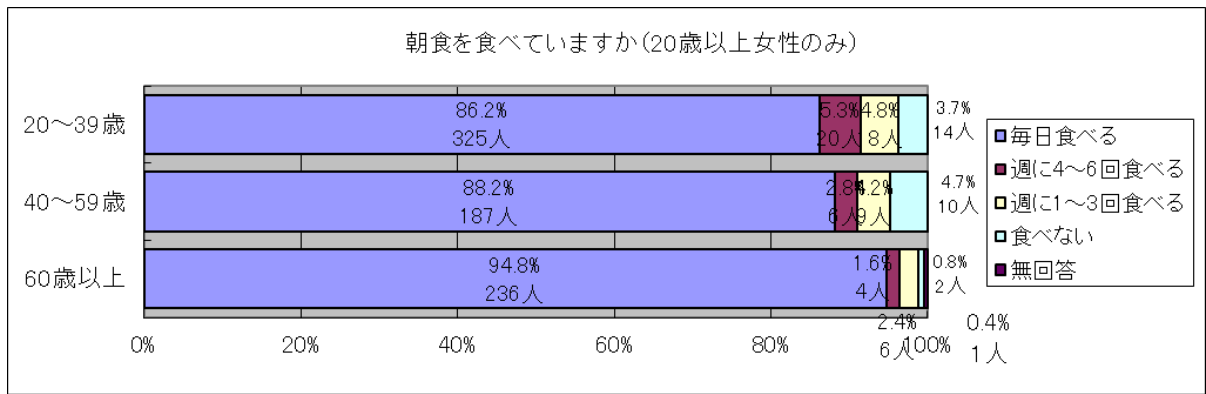
(5) 朝食摂取の状況について



平成21年度の調査と比べて、「毎日食べる」と回答した人が小学生では89.4%から90.5%、中学生では84.6%から90.8%と増加しました。しかし、成人では20~39歳が80.2%から78.3%、60歳以上では95.2%から92.5%と減少しました。

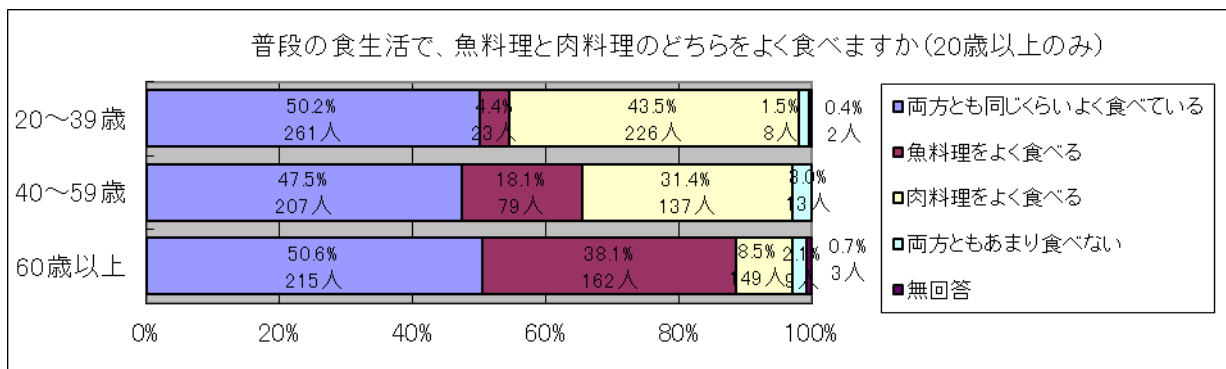


男性のみをみると、「毎日食べる」と回答した男性は40~59歳では79.8%から82.6%と増加しましたが、20~39歳では60.7%から57.3%、60歳以上では93.2%から89.2%と減少しました。



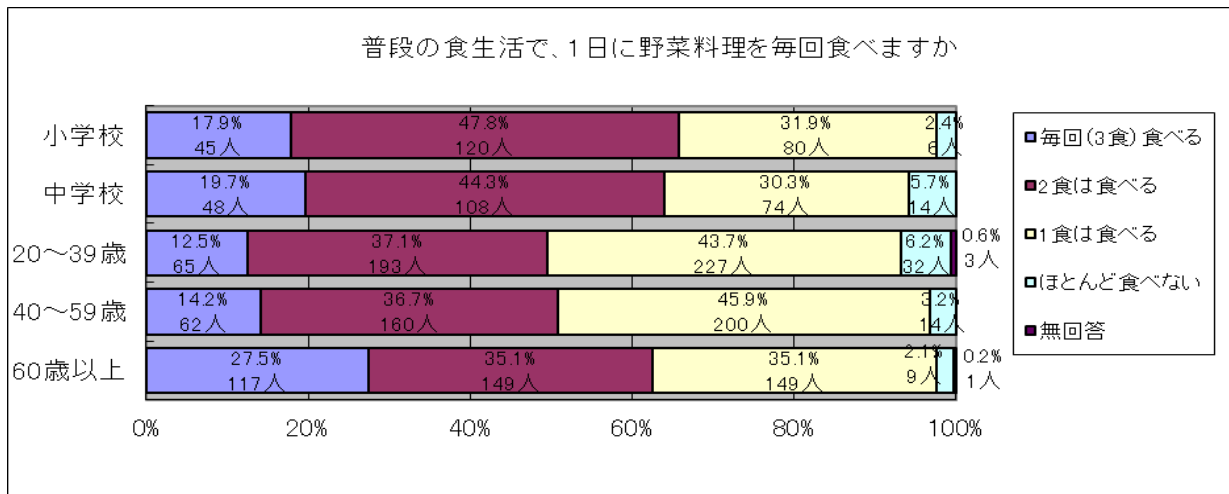
女性のみをみると、「毎日食べる」と回答した女性は20~39歳で86.2%、40~59歳で88.2%、60歳以上で94.8%と、年齢を重ねるにつれ摂取率が高くなっており、どの世代についても男性と比べ割合が高い結果となっています。

(6) 肉料理・魚料理の摂取頻度について



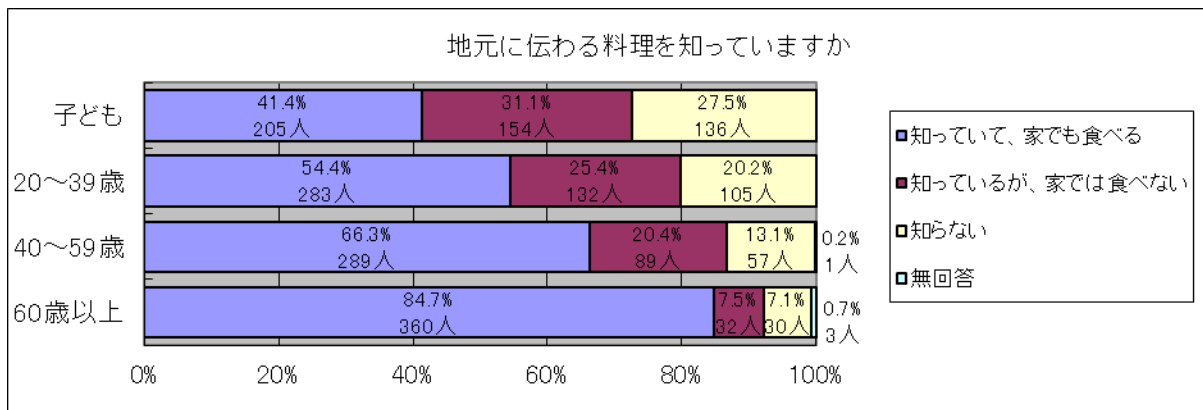
平成21年度の調査と比べて、「両方とも同じくらいよく食べている」と回答した人は、60歳以上では39.3%から50.6%と増加しましたが、20~39歳では55.0%から50.2%、40~59歳では53.5%から47.5%と減少しました。

(7) 野菜料理の摂取頻度について

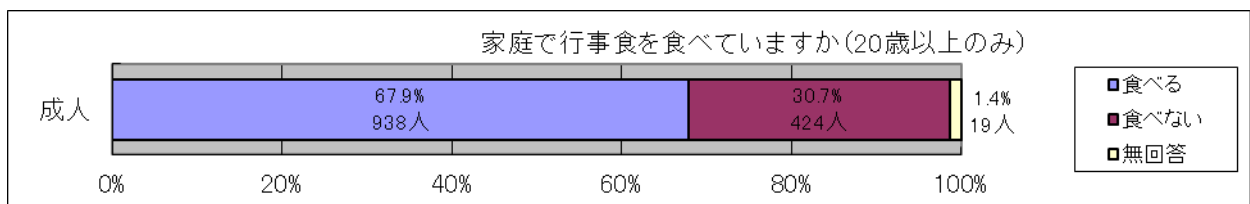


平成21年度の調査と比べて、野菜料理を「毎回（3食）食べる」と回答した人は、成人ではどの世代でも減少しました。

(8) 地元で伝わる料理・行事食の認知度について

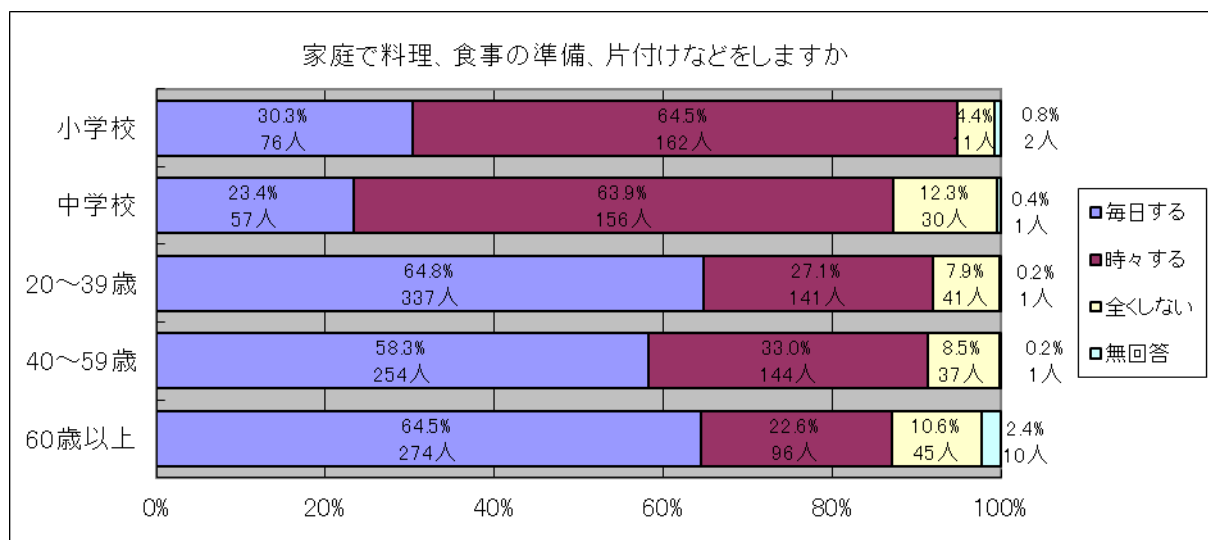


平成21年度の調査と比べて、「知っている、家でも食べる」と回答した人は、子どもは32.3%から41.4%、20～39歳は53.4%から54.4%、40～59歳は65.3%から66.3%と増加しました。

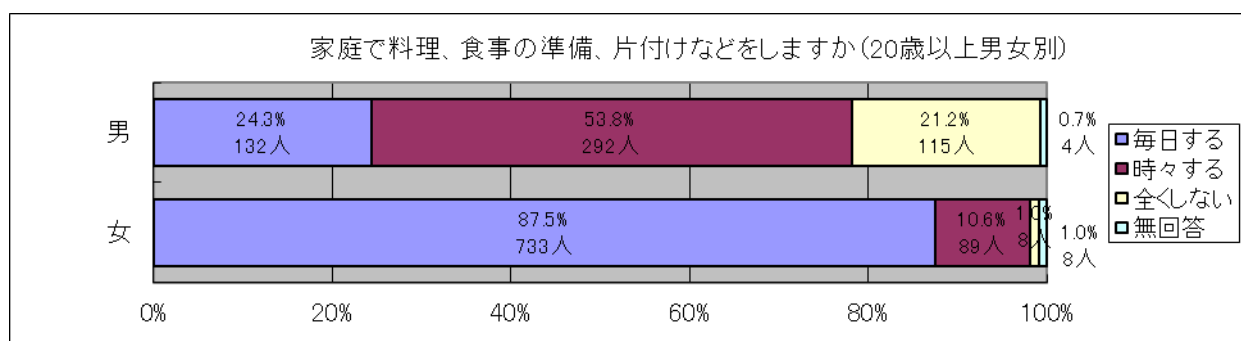


平成21年度の調査と比べて、家庭で行事食を「食べる」と回答した成人は、69.1%から67.9%と減少しました。

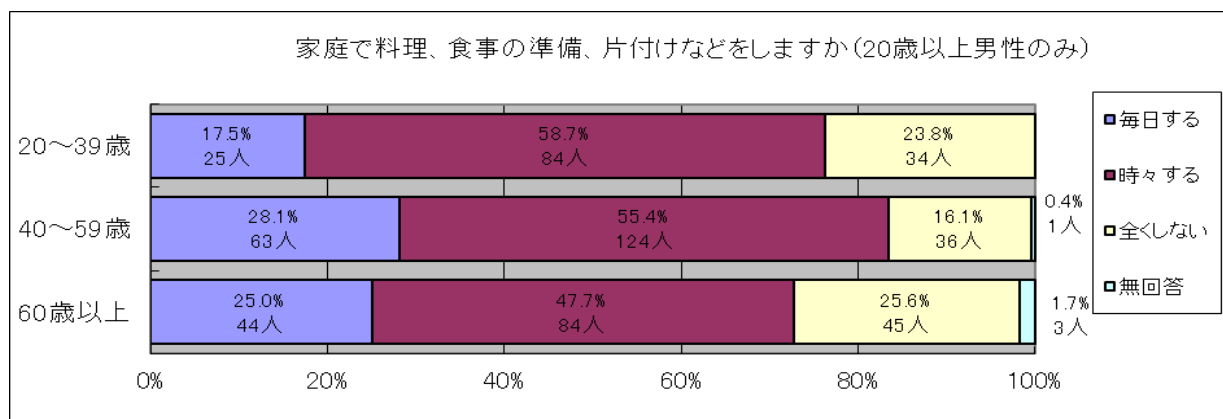
(9) 食への関わり



平成 21 年度の調査と比べて、「全くしない」と回答した小学生は 8.3%から 4.4%、中学生では 20.4%から 12.3%と減少しました。成人では 40～59 歳は 10.0%から 8.5%と減少しましたが、60 歳以上では 6.7%から 10.6%と増加しました。

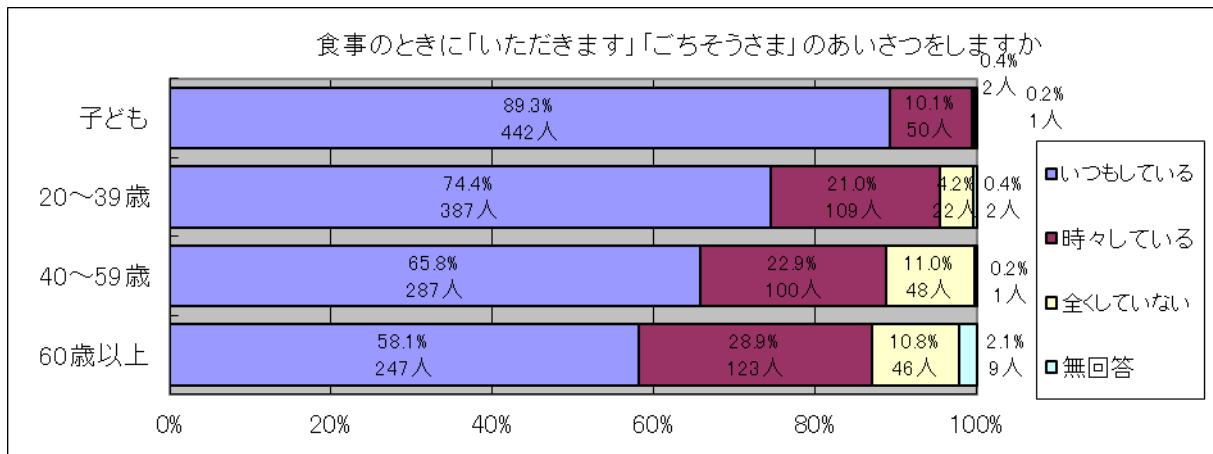


性別ごとにみても、「全くしない」と回答した男性は 22.2%から 21.2%と減少しましたが、女性は 1.0%とあまり変化はありませんでした。



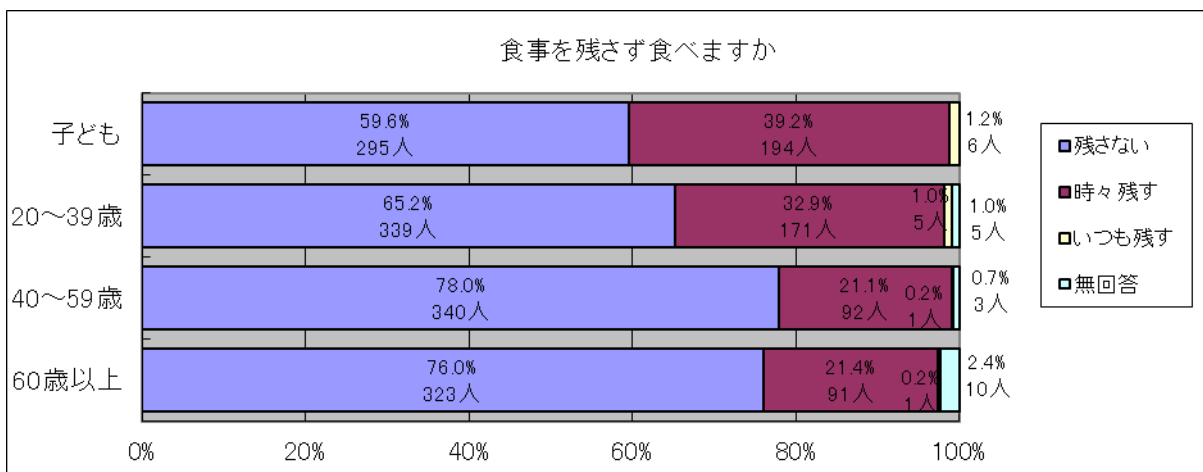
平成 21 年度の調査と比べて、「全くしない」と回答した男性は 20～39 歳では 27.1%から 23.8%、40～59 歳では 23.8%から 16.1%と減少しましたが、60 歳以上は 16.4%から 25.6%と増加しました。

(10) 食事のあいさつについて



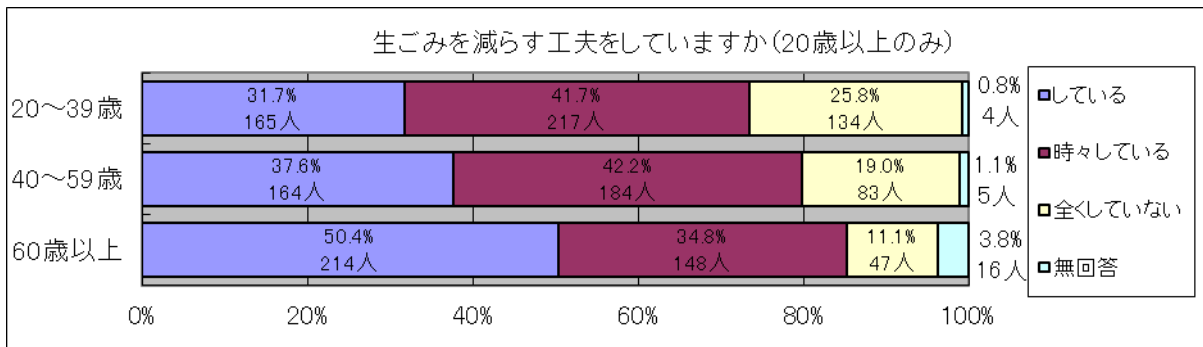
平成 21 年度の調査と比べて、「いつもしている」と回答した人は子どもでは 74.1%から 89.3%、成人では 40～59 歳は 58.6%から 65.8%と増加しましたが、20～39 歳では 75.6%から 74.4%、60 歳以上は 64.3%から 58.1%と減少しました。

(11) 食べ残しについて



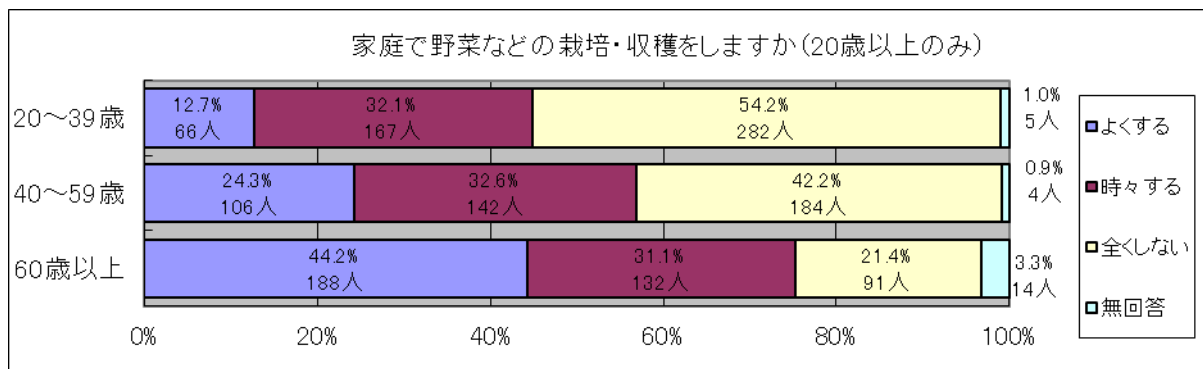
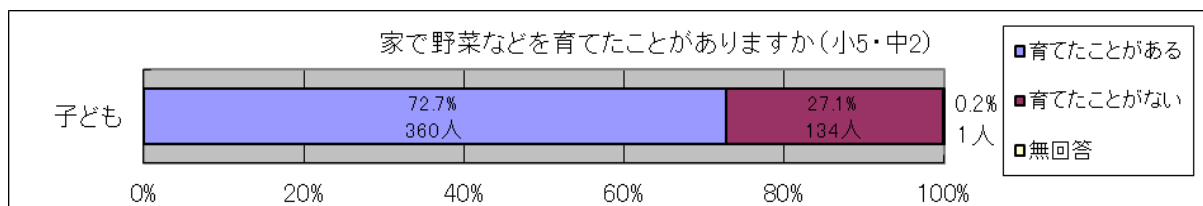
平成 21 年度の調査と比べて、「残さない」と回答した人は子どもでは 44.3%から 59.6%、成人では 20～39 歳は 64.2%から 65.2%、40～59 歳では 74.0%から 78.0%と増加しました。しかし 60 歳以上では 79.8%から 76.0%と減少しました。

(12) 生ごみに対する意識について



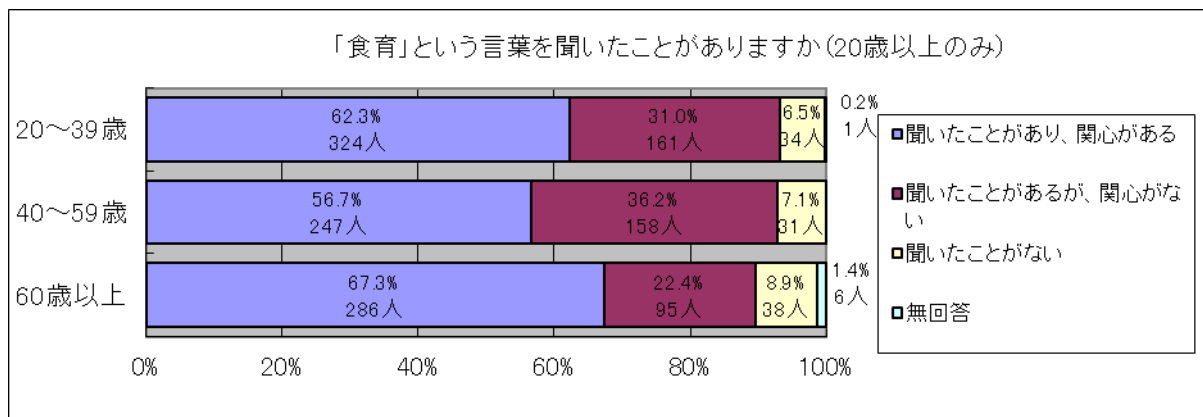
平成21年度の調査と比べて、「全くしていない」と回答した人は20～39歳では23.6%から25.8%、40～59歳では15.6%から19.0%、60歳以上では10.1%から11.1%と増加しました。

(13) 野菜等の栽培体験について



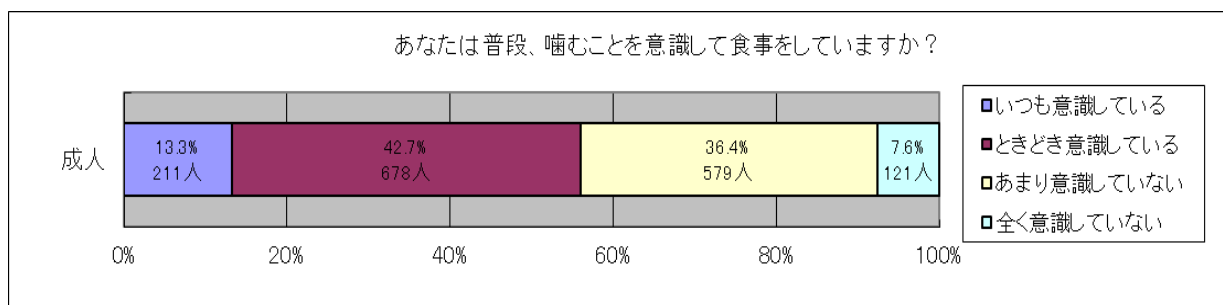
平成21年度の調査と比べて、「育てたことがない」また、「全くしない」と回答した人は、子どもでは32.0%から27.1%、成人では40～59歳が43.5%から42.2%と減少しましたが、20～39歳では45.8%から54.2%、60歳以上では20.4%から21.4%と増加しました。

(14) 食育についての認知度・関心度について



平成 21 年度の調査と比べて、「聞いたことがあります、関心がある」と回答した人は、20～39 歳では 56.0% から 62.3%、40～59 歳は 54.4% から 56.7% と増加しました。しかし、60 歳以上は 73.4% から 67.3% と減少しました。

(15) 噛むことの意識について



(山陽小野田市「SOS健康づくり計画」中間評価のためのアンケート)

「いつも噛むことを意識している」「ときどき意識している」と回答した成人は、合わせて 56.0% でした。

【課題の整理】

- 山陽小野田市産の食材・特産品の認知度について、子どもは55.4%でしたが、成人は20～39歳が39.2%と最も低く、年齢を重ねるにつれ、増える結果となりました。若い世代をはじめ全世代において、地場産の食材、特産品の認知度を高めることによって、生産者の顔が見える安心感や、地元への愛着を育て、新鮮な旬の食材を選ぶことができる「地産地消」のよさを認識することが大切です。

- 「食事バランスガイド」については、成人はどの世代も7割～8割の認知度がありましたが、活用度は比較的低い結果となりました。食事バランスガイド等の認知・活用度を高め、自分に必要な食べ物の種類や量を自分で選択できる力を身に付けることで、望ましい食生活の実践につなげていくことが大切です。

- 野菜摂取頻度については、全世代で「毎回（3食）食べている」人の割合が少なく、最も割合の多い60歳以上の世代でも、27.5%と低い結果となりました。生活習慣病予防などの健康づくりのためにも、野菜を毎食食べる習慣を身につけることが必要であると考えます。

- 朝食摂取については、特に20～39歳男性の摂取率が低いため、朝食摂取の大切さを理解し、毎日朝食を食べることで、規則正しい食習慣を身に付けることが大切です。

- 食への関わりについては、中学生と成人男性は「料理、食事の準備、片付けなどを毎日する」と答えた人が3割にも満たない低い結果となりました。子どものころから家族一人ひとりが料理づくりなど食に積極的に関わるのが大切であると考えます。

- 家族構成などの変化により、行事食や伝統料理、郷土料理、食事のマナーなどが次世代に継承されにくくなっている現状がうかがえます。学校等だけでなく、家庭や地域においても伝統的な料理や行事食などを伝えることが必要と考えます。

- 食べ残しや生ごみを減らすための工夫に対する意識については、成人においては、20～39歳の意識が低いという結果となりました。食べ物に感謝し、食

べ残しや食べ物の廃棄を減らすことで環境へも配慮していくことが大切です。

- 野菜等の栽培体験について、20～39歳、40～59歳とも「全くしない」と答えた人が4割を超える結果となりました。家庭で野菜などの栽培体験を通して食べ物が育つ過程を知り、生産者の思いや食べ物の大切さを理解するとともに、野菜摂取量の増加へもつながることが望まれます。

以上のような課題を踏まえ、市民一人ひとりが食育の必要性を感じ、食育に関心をもち、食育を実践していく必要があると考えます。

また、企業等が連携し食育を推進することも大切なことです。

(参考) 使用したデータの概要

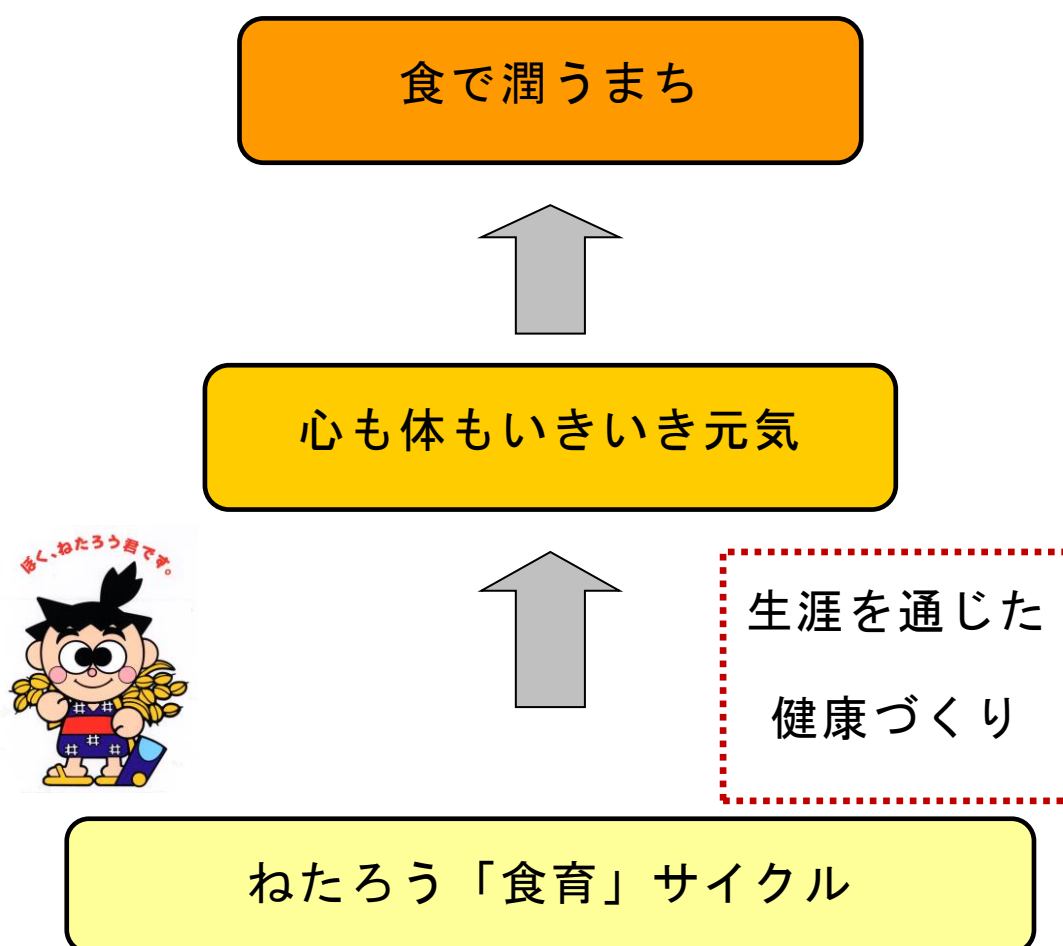
調査名	調査対象	調査機関
平成 25 年度食育に関する 市民意識調査	市内小学校5年生及び中 学校2年生 幼稚園・保育園保護者及 び 20 歳以上の市民	市健康増進課
平成 25 年度食生活に関する アンケート調査	市内全小学校5年生・中 学校2年生	山口県学校栄養士会
山陽小野田市「SOS健康づく り計画」中間評価のためのア ンケート	市民	山陽小野田市・SOS 健康づくり計画運営委 員会(かたつむりで行 こう会)

第3章 山陽小野田市における食育推進の基本的な考え方

1 基本理念

本計画では、市民が生涯にわたって健全な食生活を実践することができるよう、本市のマスコットキャラクターであり、市民に親しみのある“ねたろう君”をモチーフにした『ねたろう「食育」サイクル』を基本理念のイメージとします。

「三年寝太郎」の寝太郎さんは荒地をみずみずしい水田に変え、村おこしを成し遂げたと伝えられています。この「食で潤うまち」の原点ともいえる寝太郎伝説に思いをはせながら、一人ひとりが『ねたろう「食育」サイクル』を実践することによって、心も体も元気な市民を目指します。



ねたろう「食育」サイクル



2 目的・方向性

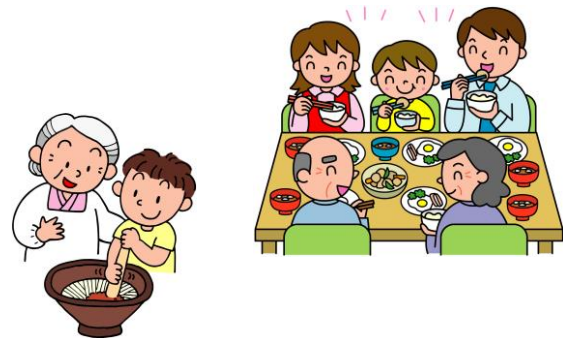
ね 「ねらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」 **えらぶ(選択)**

- ・地元の食材、旬の食材を選ぼう
- ・「何をどれだけ」食べたらいいか理解して、自分の適量を考えよう
- ・野菜料理を毎食取り入れよう
- ・食品表示を見て、産地や栄養成分を確認しよう



た 「楽しくおいしく食べよう」 **たべる(消費)**

- ・1日3食(朝食・昼食・夕食)きちんととろう
- ・みんなで食(料理・食事の準備・片付けなど)に関わろう
- ・ふるさとの味や行事食を伝えよう
- ・食卓を家族団らんの場にしよう
- ・食事のマナーを守ろう



ろ 「老若男女、みんなで食資源をムダなく使おう」 **つかう(再利用)**

- ・食べ残しを減らそう
- ・生ごみを土に還して、再利用しよう



う 「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」 **うむ(生産)**

- ・家庭菜園をして食べ物の命を育てよう
- ・農林水産業を体験して、生産者と交流しよう
- ・加工製品がつくられる過程を知ろう



第4章 山陽小野田市の食育推進の目標

1 目標と目標値

食育に関する意識調査等により明らかになった本市の食をめぐる課題を解決するために、基本理念のイメージである『ねたろう「食育」サイクル』を実践します。

本市では、食育の推進状況や取り組みの成果を評価できるように、次の10項目の指標、目標値を設定します。なお、数値目標は平成27年度までに達成すべき目標値とします。(食育に関する意識調査の詳細についてはP52を参照)

全てに関わること

・「食育」について関心がある人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
大人	61.2%	62.1%	100%

ね 「ねらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」 えらぶ（選択）

・山陽小野田市産の食材・特産品を知っている人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	52.6%	55.4%	80%以上
大人	47.0%	50.3%	80%以上

・食事バランスガイドを認知・活用している人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども (認知度)	51.6%	52.1%	80%以上
大人 (活用度)	32.2%	29.8%	60%以上

・1日に野菜料理を3食とも食べる人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	-	18.8%	増やす
大人	24.4%	17.7%	50%以上

た 「楽しくおいしく食べよう」 **たべる** (消費)

・朝食を毎日食べている人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
子ども	小学校 89.4%	小学校 90.5%	100% (小・中とも)
	中学校 84.6%	中学校 90.8%	
20～39 歳男性	60.7%	57.3%	80%以上

・家で料理、食事の準備、後片付けを毎日する人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
子ども	小学校 41.1%	小学校 30.3%	50%以上 (小・中とも)
	中学校 29.4%	中学校 23.4%	
成人男性	25.8%	24.3%	50%以上

・地元で伝わる料理を家で食べる人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
子ども	32.3%	41.4%	80%以上
大人	67.6%	67.5%	80%以上

ろ 「老若男女、みんなで食資源をムダなく使おう」 **つかう** (再利用)

・食事を残さず食べる人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
子ども	44.3%	59.6%	70%以上
大人	72.1%	72.6%	90%以上

・生ごみを減らす工夫をしている人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
大人	81.6%	79.1%	100%

う 「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」 **うむ** (生産)

・家で野菜などの栽培や収穫をする人

対象	前回調査	現状値 (%)	目標値 (%)
大人	62.2%	58.0%	80%以上

第5章 山陽小野田市の食育推進の具体的施策

1 食育推進の具体的施策

ね 「ねらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること	
<p>地元の食材、旬の食材を選ぼう</p>	<p>地元の食材や旬の食材の良さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産コーナーを利用する ・旬の食材を活用する 	<ul style="list-style-type: none"> ・献立表や給食日より、給食時間の放送等を活用する ・野菜を育てる ・地元の食材、旬の食材を給食に取り入れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産コーナーを設置する ・旬菜カレンダーを配布する ・料理教室を開催する ・食料自給率について情報提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産コーナーを設置する店舗を増やす支援をする ・出前講座などで旬菜や農林水産物、特産品などを情報提供する ・食育カレンダー（ねたろう食育カレンダー）を作成する 	<p>市の広報・普及啓発の支援、ホームページ・出前講座等を活用した情報提供、関係団体等との連携・携支援</p>
<p>「何をどれだけ」食べたらいいか理解して、自分の適量を考えよう</p>	<p>適量を考えた食事の大切さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食事バランスガイド等を活用する ・自分の適量の目安量を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・献立表や給食日より、給食時間の放送等で適量について知らせる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事バランスガイド等の情報提供をする ・5 A DAY 運動の推進をし、野菜料理を毎食取り入れるための情報提供をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・出前講座などで市版食事バランスガイドの啓発、情報提供をする ・5 A DAY 運動の推進をし、野菜料理を毎食取り入れるための情報提供をする ・オリジナルランチョンマット（ねたろう食育ランチョンマット）を作成する 	<p>市独自の講座等立案、実施、情報提供、関係団体等との連携・携支援</p>
<p>野菜料理を毎食取り入れよう</p>	<p>野菜の効用を知り、野菜のおいしさを実感する 新鮮な野菜が手に入る</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭菜園で野菜を栽培する ・野菜料理のレパートリーを増やす ・必要な野菜の摂取量を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・給食日より等で、野菜料理を紹介し、給食に野菜料理を積極的にとり入れる（いろいろな種類・いろいろな調理法） ・育てた野菜を給食に使用する 	<ul style="list-style-type: none"> ・料理教室などで野菜料理を紹介する ・野菜の目標摂取量を紹介する ・家庭菜園の食材を活用した料理教室を開催する 	<ul style="list-style-type: none"> ・市の広報などで野菜料理を紹介する ・出前講座などで野菜の目標摂取量や野菜の効用を情報提供する ・食育カレンダー（ねたろう食育カレンダー）を作成する 	<p>市独自の講座等立案、実施、情報提供、関係団体等との連携・携支援</p>
<p>食品表示を見て、産地や栄養成分を確認しよう</p>	<p>食品表示を見て食品を選ぶ大切さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食品表示を確認しながら正しく選ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ・給食日より等で食品表示等について情報提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品表示について情報提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・出前講座などで食品表示や食品の安心、安全について情報提供する 	<p>市独自の講座等立案、実施、情報提供、関係団体等との連携・携支援</p>

ねたろう食育博士の養成

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること		
1日3食 (朝食・昼食・夕食) きちんととろう	1日3食食べる意義を知り、生活リズムを整える	・早寝、早起き、朝ごはんを実践する	・生活リズムと食習慣の関連について給食試食会、給食だより等で啓発する		・朝食レシピの紹介をする ・生活リズムと食習慣の関連について学ぶ機会を作る	・ 出前講座 などで3食摂取の大切さや健康への影響を伝える	市の広報・普及啓発のホームページ、市独自の企画立案、実施、情報提供、関係団体等との連携支援作り、
みんなで食 (料理・食事の準備・片付けなど)に関わろう	誰もが食に関わることの大切さを知る	・積極的に食に関わる ・料理教室などに参加する ・調理の過程にふれ、味覚、臭覚を育てる	・給食当番など食に関わる機会をつくる ・親子料理教室等、料理をする機会をつくる	献立表・給食だより等の活用・給食献立への導入、指導体制・指導内容の充実、家庭・地域との連携	・ 料理教室 を開催する ・食への関わりを学ぶ機会をつくる	・食への関わりを増やすよう啓発する ・ 料理コンテスト を開催する	
ふるさとの味 や行事食を伝えよう	ふるさとの味や行事食を知る	・行事食、郷土料理を家庭でつくる ・行事食、郷土料理について知る	・行事食、郷土料理を給食に取り入れる ・給食だより等で紹介する ・親子料理教室などで郷土料理を伝える		・ 料理教室 を開催する ・ふるさとの味や行事食を食べる機会を イベント、行事 などで企画する	・郷土料理を紹介する(市の広報、ホームページの活用)	
食卓を 家族団らんの 場にしよう	家族団らんのよさを知る	・工夫して家族で食卓を囲むよう心がける ・楽しい雰囲気の食卓づくりを心がける	・ 食育の日 を啓発する		・ 食育の日 を啓発する	・ 出前講座 などで食事の雰囲気づくりの大切さを伝える ・ 食育の日 を啓発する	
食事のマナー を守ろう	食事のマナーを知る	・基本的なマナー(正しい箸の使い方など)を次世代へ伝える ・食前、食後のあいさつをする ・残さず食べるよう心がける	・給食時間等でマナーを伝える		・食事のマナー(配膳、箸のマナー、あいさつなど)を伝える機会をつくる	・ 出前講座 などで食事のマナー(配膳、箸のマナー、あいさつなど)を伝える機会をつくる ・ オリジナルランチョンマット(ねたろう食育ランチョンマット) を作成する	

ろ「老若男女、みんなで食資源をムダなく使おう」

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること	ねたろう食育博士の養成
食べ残しを減らそう	食べ残しを減らすことの大切さを知る	<ul style="list-style-type: none"> 食材を無駄なく購入する 食事を作り過ぎない 「もったいない」の気持ちを育てる 食材を有効に活用する 	<ul style="list-style-type: none"> 残菜を毎日量り、残菜のゆくえ・生ごみ焼却時の環境への影響について伝える 生産者や調理員との交流を図り、感謝の気持ちを育てる機会をつくる 食べ物に困っている国や地域のことを伝え、考える機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> 今まで捨てていた部位（皮、葉）を使った料理を紹介する 生ごみの実態を伝える 食べ残しの弊害を啓発する ゴミの減量化を推進する 	<ul style="list-style-type: none"> 市の現状、国の現状、世界の現状などの情報提供をし、食べ残しを減らす意識付けを行う 出前講座などを開催して、エコについて啓発する 	
生ごみを土に還して、再利用しよう	生ごみを減らし、環境に配慮することの大切さについて知る	<ul style="list-style-type: none"> 食べ残しの再利用や、料理法を工夫して廃棄を減らす 食べ物、野菜（ねぎの根っこなど）の再利用をする 生ごみを堆肥化し活用する 川や海を汚さないようにする 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜を育て、残菜の活用を実践する 川や海を汚さないように指導する 廃棄物、リサイクルなどについて伝え、考える機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> リサイクル率アップをPRする コンポストの利用を啓発する 	<ul style="list-style-type: none"> 生ごみの減量や再利用についての情報提供をホームページなどとする 出前講座などを開催して、エコについて啓発する オリジナルアクリルたわし（エコわらじ）を作成し、環境に配慮するよう啓発する 	出前講座等を活用した企画の立案、実施、ボランティア

朝ごはんについて

朝ごはんには、体に大切な働きをする「3つのスイッチ」があります。

①体の目覚ましスイッチ

朝ごはんを食べると、すぐに体温が上がり、体が目覚めます。しっかり食べて、パワー全開！

②おなかの目覚ましスイッチ

食べ物が胃に入ること、消化器系が刺激を受け、排便が促され、すっきり快腸に！

③脳の目覚ましスイッチ

脳のエネルギー源であるブドウ糖は、朝になったら空っぽ状態。朝ごはんですっきり補給して、仕事や勉強の能率アップ！

主食・主菜・副菜をそろえるとさらにパワーアップ



- 主食(ごはん・パン・麺類など)
 - …脳のエネルギーのもとになる
- 主菜(肉・魚・卵・豆腐など)
 - …体温を上げる
- 副菜(野菜・いも・海藻・きのこなど)
 - …体の調子を整え、排便を促す

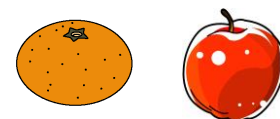
ファイブ ア デイ 5 A DAY運動とは？

「1日に5皿分(350g)以上の野菜と200gの果物を食べましょう」をスローガンにした運動です。

○野菜は1日5皿分 350g以上○



○果物は1日200g○ (みかんなら2個、りんごなら1個)



地産地消とは？

「地域生産-地域消費」の略語で、「地元で生産されたものを地元で消費すること」です。地産地消のメリットとしては、新鮮でおいしい旬のものが食べられることや生産者の顔が見えることによる安心感を得られること、地元の食文化への理解を深め、地域の活性化につながることで、また輸送コストが少なく、環境にやさしいことなどが挙げられます。



食エコとは？

食材の選び方や食事、料理の仕方など「食」に関わることで出来る環境活動をしよという試みのことです。(地産地消、旬のものを選ぶ、食品のロスなくして生ゴミを減らす、コンポストを活用し堆肥から食べ物を育てるなど)

「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること	ねたろう食育博士の養成	
家庭菜園をして食べ物の命を育てよう	食べ物の命を育てる機会がある	・緑のカーテン（ゴーヤなど）を実践する ・貸し畑、共同畑などを活用する	・園や学校の菜園等を利用して、栽培体験をする機会をつくる ・緑のカーテンを実践する	・家庭菜園の教室を開催する	・広報などで家庭菜園について情報提供する ・緑のカーテン（ゴーヤなど）を実践し普及させる ・オリジナル栽培セットを作成する		市情の把握、市民の啓蒙、関係機関の連携、人材育成、独自の企画、企業との連携、出前講座等を活用したボラ
農林水産業を体験して、生産者と交流しよう	農林水産業を体験する機会がある	・見学・体験事業に参加し、生産者と積極的にふれあう	・社会見学、職場体験、親子遠足等で生産地を見学、体験する機会をつくる	・生産者との意見交換の場をつくる ・教育ファームを実践する場の提供をする ・生産者との交流できるイベントを開催する	・産地交流会を実施する ・産地見学ツアーを実施する ・生産者との交流ができるイベントの開催を支援する		
加工製品が作られる過程を知ろう	加工製品が作られる過程を知る機会がある	・見学・体験事業に参加し、生産者と積極的にふれあう	・加工製品の製造過程を見学、体験する機会をつくる	・加工製品の製造過程を見学、体験する機会をつくる	・地元企業で見学・体験ができる施設を増やすよう支援する		

行事食とは？

季節折々の伝統行事などの際にいただく料理、特別な行事の時の華やかな食事のことをいいます。それぞれの旬の食材を取り入れたものが多く、季節の風物詩の一つにもなっています。

【主な行事と行事食】

- | | |
|--------------|-------------|
| ○正月(1月1日) | おせち等の正月献立 |
| ○七草(1月7日) | 七草粥 |
| ○節分(2月3日) | 鰯、福豆 |
| ○ひな祭り(3月3日) | ひなあられ、ちらし寿司 |
| ○春分の日、秋分の日 | おはぎ |
| ○子どもの日(5月5日) | ちまき |
| ○土用の丑の日 | うなぎ |
| ○仲秋の名月 | 月見団子 |
| ○大晦日 | 年越しそば |

など

郷土料理とは？

他の地域では見られない食材や、独特の味つけ、調理法で作られた料理で、土地の人々の誇りとして長い歳月をかけて伝えてきた大切な食文化です。古くからその土地に伝わる伝統的な料理ともいえます。(P. 38～「ふるさとの料理」で地元の郷土料理を紹介しています。)



けんちょう



ちしゃなます



ぬた

野菜摂取増加プロジェクト

目的

野菜摂取量を増やすことにより、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を予防し、健康づくりを推進することを目的とします。

取組の方向

◆市民へ野菜摂取増加に向けての啓発を強化します。

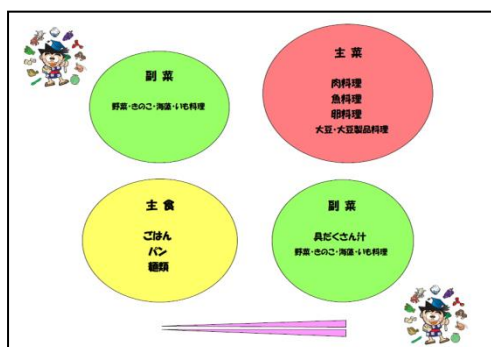
広報、ホームページ、イベントなどを活用し、1日の野菜の必要摂取量、野菜の大切さ、野菜の摂取方法などを市民に情報提供します。

◆食のネットワーク体制の強化・充実を図ります。

幼稚園、保育園、小・中学校、関係団体等の食のネットワークを構築し、連携体制を強化します。

◆野菜摂取増加に向けたツールを作成し、推進します。

- ・ねたろう食育ランチョンマットの活用
- ・ねたろう食育カレンダーの活用
- ・旬のおすすすめ野菜レシピの作成、活用
- ・野菜摂取増加のための啓発ポスターの作成、活用



ねたろう食育ランチョンマット

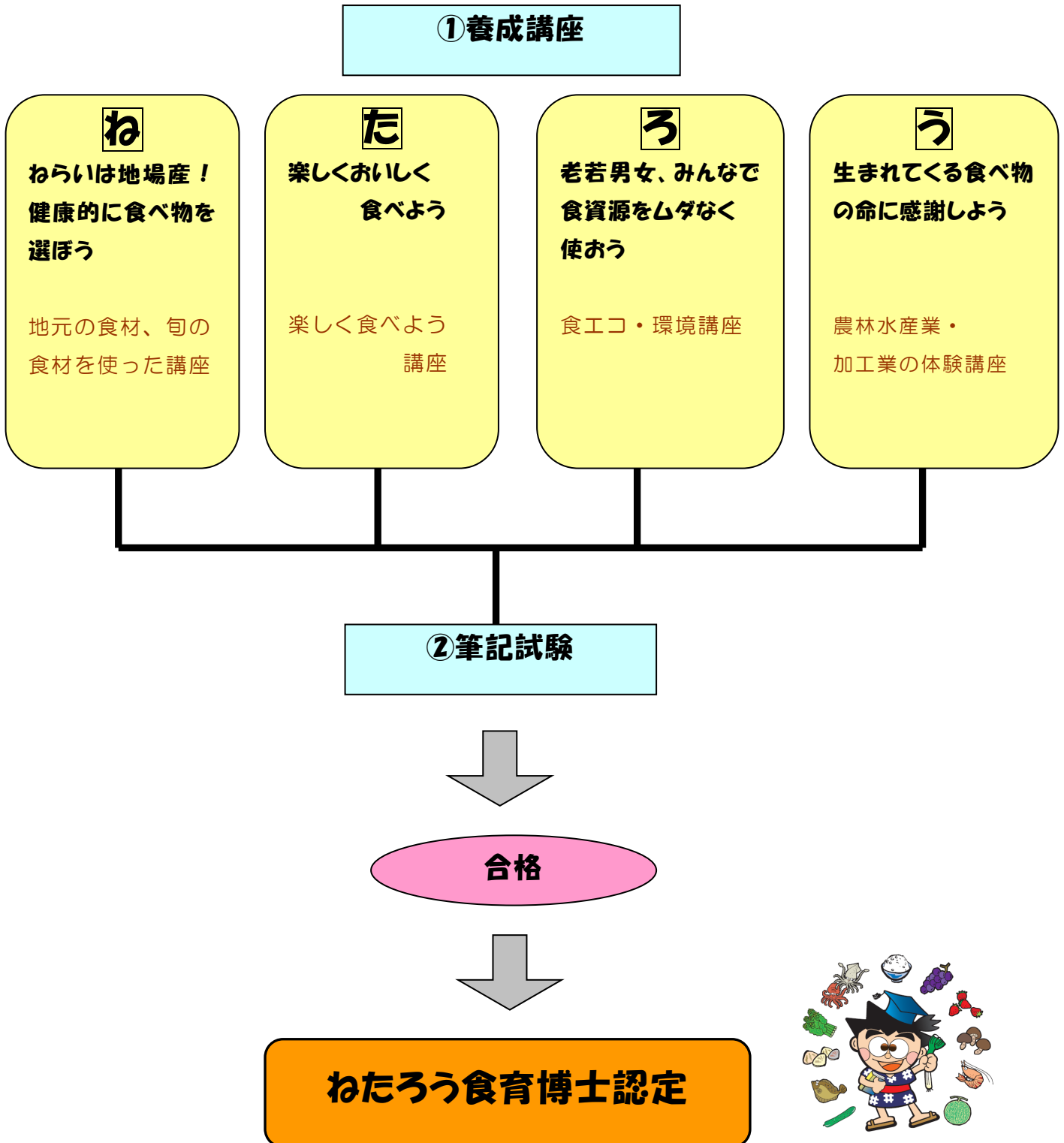


ねたろう食育カレンダー

☆わたろう食育博士養成制度とは??

市民が食に関心を持ち、食に関する知識について体験などをおして身につけることで、健全な食生活を実践し、食育の大切さを広くPRできる人材を養成することを目的とした制度です。

☆養成・認定までの流れ



2 事例紹介

ね 「わらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」 **えらぶ(選択)**



「地産地消週間」の給食

○地場産給食の日(各小中学校)

地産地消の推進を図ると同時に、子どもたちへ地産地消に対する理解を深めてもらうため、各小中学校で「地場産給食の日」を実施しています。

また、年3回「地産地消週間」を設け、市内統一メニューで地場産給食を実施しています。

○「地産地消」の取り組み (市職員共済会食堂)

市役所にある職員共済会食堂にて、地場産物を使った料理の提供を行っています。使用している食材の産地情報と合わせて、市版食事バランスガイドなどの情報提供も行い、食育への関心を高めてもらうよう啓発しています。



市内産・県内産の食材を使った定食



市版食事バランスガイド・
特産品マップ・
農林水産物マップの掲示

○地場産物を使った親子料理教室(県農林水産課・学校栄養士会)



漁協の方から

「鱈のさばき方」を教わります

地元の農水産物へ関心を深めてもらい、楽しく調理をすることで親子のふれあいを図るということを目的にした料理教室を、小学校の親子を対象に実施しました。



地場産の食材をふんだんに使った料理



親子で楽しく料理づくり

○学校における食育(各小中学校)

学校では年間指導計画に基づき、授業や活動、給食をとおして、食事や栄養のバランスを学び、望ましい食習慣を育てるための取り組みを行っています。また、給食だよりを各家庭に配布し、保護者へ対しての食育も行っています。



栄養教諭による授業の様子



地場産物についての校内掲示「ネギ三味」

○野菜摂取のための取り組み(食生活改善推進協議会)



1日の野菜の目標摂取量(350g)を実際に量って体験するコーナー

平成21年度の「健康フェスタ」では、1日の野菜の目標摂取量を来場者に実際に量ってもらうコーナーを設け、野菜摂取の必要性について啓発しました。



た 「楽しくおいしく食べよう」 **たべる(消費)**

○地場産物を活用した料理の提案(厚狭高等学校)



試食会の様子

若い世代の視点から地場産物に着目し、料理に活用することで、どの年代においても幅広く市民に地場産物をPRすることを目的として、地場産物の「ネギ三昧」を使った料理を提案し、試食会を開催しました。



ネギ三昧、卵、チーズを使った料理(「ねちーた」)

○新郷土料理づくりの取り組み
(厚狭高等学校・市健康増進課・食生活改善推進協議会)

郷土料理を次世代へ伝えるための取り組みとして、小学生以下の子どもとその保護者、学校栄養士等を対象として、県内に広く受け継がれているけんちょうやぬたと、それらをアレンジした新メニューを作り、試食会を行いました。



ぬたをアレンジした「ぬたスパ」

けんちょうをアレンジした

「けんちょうコロッケ」などが並びました

○ふるさとの味の紹介(食生活改善推進協議会)

今月のおすすめ料理

「ちしやなます」

～レタスの仲間「かきチシャ」を使った山口県の伝統料理です～



材料(4人分)			
ちしや	200g	みそ	小さじ4
煎干	40g		小さじ4
		A 酢	小さじ4
		砂糖	小さじ4

【1人分栄養価】
エネルギー 68kcal / たんぱく質 7.7g / 脂質 0.9g / 塩分 0.8g

① 頭とわたを取った煎干をフライパンで乾煎りし、手でほぐす。すり鉢でよくすり、Aの調味料を加えてすりのばし、いりこみそをつくる。

② ちしやはよく洗い、水をきって食べやすい大きさにちぎり、食べる直前にいりこみそで和える。

食卓バランスガイドとは？
1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかという目安を、コマのイラストで示したものです。それぞれの食品グループの単位は「つ(SV)」で表します。今日の料理は「野菜1つ」に該当します。



調理センター監修 岡山県小野田市食生活改善推進協議会 (増生校区担当)

次世代へ伝えたい「郷土料理」を広く市民に知ってもらい、家庭で作ってもらうよう働きかける取り組みとして平成22年度は「郷土料理・地場産物を使った料理」をテーマにした「おすすめ料理」を広報で紹介しました。

郷土料理「ちしやなます」の紹介

○オリジナルランチョンマットの活用(保育園)

主食・主菜・副菜の正しい配膳の仕方を子どもたちへ伝え、習慣づけてもらうため、オリジナルのランチョンマットを製作し、給食時間に活用しています。



皿の配置を写真で分かりやすくしています

ランチョンマットを使用している給食の様子



殖生漁港(潮干狩りの様子)



南高泊干拓(ネギ三味)



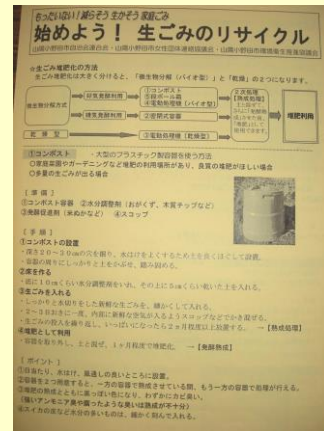
3 「老若男女、みんなで食資源をムダなく使おう」 つかう(再利用)

○コンポスの普及啓発活動(市環境課・消費者の会)

残菜を減らし、生ゴミを土に還すための取り組みとして、食育事業においてコンポスの普及啓発活動を行いました。1人当たりが1日に出す生ゴミの量(250g)を知らせ、環境への配慮



コンポスト・生ゴミについてのクイズ展示



チラシで啓発

「始めよう! 生ごみのリサイクル」

○環境学習(消費者の会)

子どもたちにリサイクル活動の大切さや環境についての理解を深めてもらうため、小学生を対象とした環境学習を行っています。



リサイクルについての学習とグッズ作りの様子



古い傘を使ったオリジナルバッグの作り方
(ポスター)



包装紙を使ったプローチの展示の様子

「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」 うむ(生産)

○収穫体験と料理教室(旬菜惑星協議会・美祢農林事務所)



収穫から調理までの体験をすることで、食べ物の命を感じ、感謝の気持ちを育てることを目的として、埴生地区の「花の海」のいちごを収穫し、それを使ったケーキづくりを行いました。



食生活改善推進員の指導のもと、
とれたていちごでケーキづくり



親子でいちご狩りを体験

○幼児期での体験活動(保育園・幼稚園)

小さいときから食べ物に触れ、食に対して関心を深めることを目的に、食べ物の栽培・調理体験を行っています。



「こんなに掘れたよ！」
(さつまいも収穫体験)



餅つき体験



玉ねぎ掘り

○緑のカーテンコンテストの開催(地球温暖化対策地域協議会)

市では家庭から出る二酸化炭素の排出を減らすため、「緑のカーテン」作りを推進しています。ゴーヤーなど食べ物を育てることで環境へ配慮するとともに、食への興味・関心を深めることができます。



ゴーヤーを使った緑のカーテン

第6章 山陽小野田市食育推進計画の推進体制について

本計画を着実に実行するため、国や県の動向を見ながら、学校・保育園等、農林水産業・食品関連事業者、ボランティア団体等関係機関と連携・協力し、市民が一体となって食育を推進していきます。

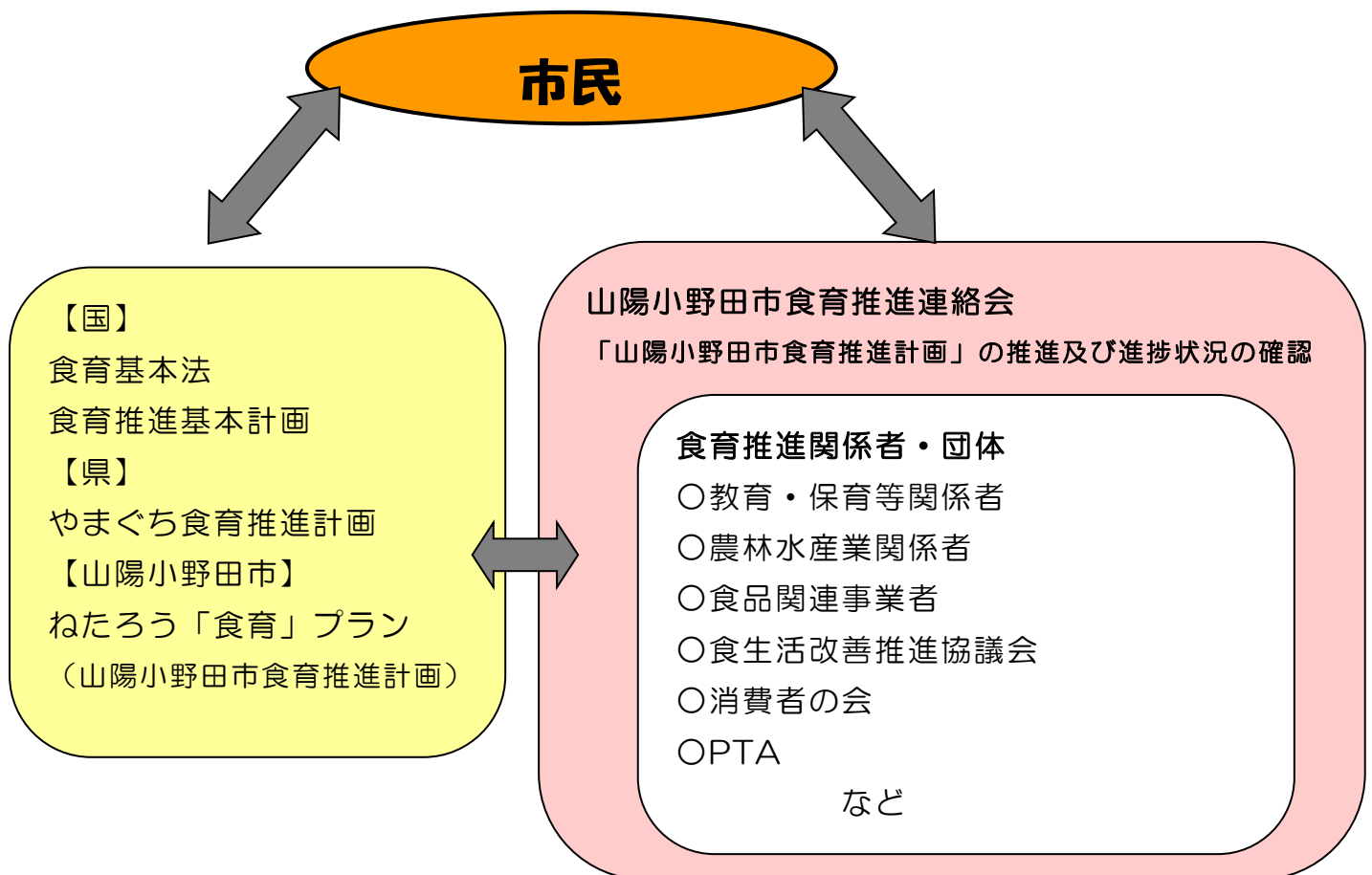
1 市における食育推進体制について

この計画に位置づけられた食育の各種施策は、関係団体や市内の関係部局で構成する「山陽小野田市食育推進連絡会」を設置し、総合的かつ計画的に推進するとともに、事業の進捗状況などについて評価を行い、計画の適切な進行管理に努めていきます。

2 食育推進のためのネットワークづくり

関係団体・機関等のネットワークを構築し、多種多様な主体から食を学ぶ機会を提供できる体制を整備します。

山陽小野田市における食育推進体制



～資料編～



- ・厚狹の三年寝太郎物語について
- ・山陽小野田市版食事バランスガイド
- ・山陽小野田市農林水産物マップ
- ・ふるさとの料理の紹介
- ・平成 21 年度 食育に関する市民意識調査
- ・食育基本法
- ・食育推進計画 策定の経過
- ・山陽小野田市食育推進プロジェクトチーム設置要綱
- ・食育推進計画プロジェクトチーム委員名簿
- ・山陽小野田市食育推進計画策定協議会設置要綱
- ・食育推進計画策定協議会委員名簿
- ・山陽小野田市食育推進地域連絡会規約
- ・山陽小野田市食育推進地域連絡会委員名簿

～厚狭の三年寝太郎物語について～

昔、長門の国は厚狭の里に、ものぐさな若者がいました。父親の庄屋さんは、村一番の金持ちでしたが、毎日毎日寝てばかりいるので、いつか村中のものに「寝太郎」と呼ばれ、物笑いの種にされていました。



その寝太郎が、3年3月をまるまる寝て暮らし、ある日ひょっこり起き上がると、「おとつあん、わらじでいっぱい千石船を用意しちょくれ」といいました。庄屋さんは寝太郎のいいなりに用意してやり、どこへ行くやも知れない千石船を見送りました。



厚狭を船出した寝太郎は、40日経った明け方、泥んこの擦り切れわらじをいっぱい積んで帰ってきました。「おとつあん、大桶に水をはってくれ」またまた寝言のような寝太郎の頼みを聞き、庄屋さんはきいてやりました。

泥んこのわらじを桶の水につけて洗います。きれいに洗ったわらじは捨てても、泥水は大切に……。それからそーっと桶の上水を捨ててしまおうとなんと！泥水の底には、ぴかぴか光る山盛りの砂金が！



寝太郎はこの砂金をもとに厚狭川をせき止め、大井出をこしらえ、かんがい用水路を作りました。荒地だった野原は豊かな広い水田に変わり、寝太郎は水田を全て村の百姓衆に分け与え、村おこしを成し遂げました。



寝太郎の集めた資金により整備されたとされる
「寝太郎堰」



JR 厚狭駅前の「寝太郎像」

運動



山陽小野田市版

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分	料理例
<p>5~7 主食(ごはん、パン、麺) ごはん(中盛り)だったら4杯程度</p>	<p>1つ分 = ごはん(小盛り)1杯 = わがめおにぎり1個 = 食パン1枚 = ロールパン2個</p> <p>1.5つ分 = ごはん(中盛り)1杯 2つ分 = 山菜うどん1杯 = もいそば1杯 = スパゲッティ = ちりし寿し</p>
<p>5~6 副菜(野菜、きのこ、いも、海藻料理) 野菜料理5皿程度</p>	<p>1つ分 = 野菜サラダ = とうもろこし = 鶏たくさん(鶏汁) = ちりやなます = ひじきの煮物 = 煮豆 = きぬこん茶</p> <p>= 茹こ = 木の芽和え 2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜炒め = 芋の煮っころがし = さんしょうのピザ</p>
<p>3~5 主菜(肉、魚、卵、大豆料理) 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度</p>	<p>1つ分 = けんちょう = 納豆 = 白玉焼き一目 = いじこの煮物 2つ分 = れんちょうの煮付け = 魚の天ぷら</p> <p>= まぐろとわかめ焼 3つ分 = ハンバーグステーキ = 豚肉のしょうが焼き = 鶏肉のから揚げ</p>
<p>2 牛乳・乳製品 牛乳だったら1本程度</p>	<p>1つ分 = 牛乳(コップ半分) = チーズ1かけ = スライスチーズ1枚 = ヨーグルト(1パック) 2つ分 = 牛乳瓶1本分</p>
<p>2 果物 みかんだったら2個程度</p>	<p>1つ分 = みかん1個 = りんご半分 = 柿1個 = 梨半分 = ぶどう半房 = 桃1個 = いちご3個 = MOJ1/8</p>

このコマは、厚生労働省・農林水産省が決定した「食事バランスガイド」に基づき山陽小野田市で作成したものです。

※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

食事バランスガイドとは？

1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかが一目でわかる食事の目安です。
①主食、②副菜、③主菜、④牛乳・乳製品、⑤果物の5グループの食品を組み合わせてバランスよくとれるよう、それぞれの適量をコマのイラストで分かりやすく示しています。

○食事バランスガイドの基本形と考え方

コマは回転することによって初めて安定します。バランスのよい食事とともに適度な運動習慣を身につけましょう。

コマの軸は「水・お茶」などの水分。食事や食間に水分をしっかりとりましょう。

上にある料理ほどしっかり食べましょう。

1日分

※基本形(2200±200kcal)の場合

5~7 主食(ごはん、パン、麺)
ごはん(中盛り)だったら4杯程度

5~6 副菜(野菜、きのこ、いも、海藻料理)
野菜料理5皿程度

3~5 主菜(肉、魚、卵、大豆料理)
肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度

2 牛乳・乳製品
牛乳だったら1本程度

2 果物
みかんだったら2個程度

SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

厚生労働省・農林水産省決定

ひも部分は食生活の中の楽しみである「菓子・嗜好飲料」。食事全体の中で量的なバランスを考え「適度に」とりましょう。

○1日に必要なエネルギーと「摂取の目安」

男性		エネルギー (kcal)	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物	女性	
6~9才	低い	1400~2000	4~5	5~6	3~4	2 ※2~3	2	6~9才	70才以上
70才以上									
10~11才	ふつう以上	2200±200 基本形	5~7	5~6	3~5	2 ※2~3	2	10~11才	12~17才
12~17才	低い							18~69才	
18~69才	ふつう以上	2400~3000	6~8	6~7	4~6	2~3 ※2~4	2~3		

単位:つ(SV)
SVとはサービング(食事の提供量)の略

身体活動量について

「低い」: 1日中座っていることがほとんどの人

「ふつう以上」: 「低い」に該当しない人

肥満の場合

肥満(BMI≥25)の場合には、体重変化を見ながらエネルギー量を1ランク(200kcal)下げるなどの工夫が必要になります。

※牛乳・乳製品の学校給食を含めた子ども向けの摂取量が成長期に特に必要なカルシウムを十分とるために、少し幅をもたせた目安にするのが適当です。

○主食: 体にとって大切なエネルギー源です。自分に必要な量を把握し、1日3回の食事でしっかりとりましょう。

○副菜: 1日に小鉢5~6つ分が目安です。しっかり食べてビタミン、ミネラル、食物繊維を十分にとりましょう。

○主菜: 良質のたんぱく質源ですが、摂りすぎに気をつけましょう。

○牛乳・乳製品: カルシウムの供給源です。日本人は慢性的なカルシウム不足です。毎日積極的にとりましょう。

○果物: ビタミンC、カリウムなどが多く含まれています。100gで1つ分です。

山陽小野田市農林水産物マップ



ふるさとの料理の紹介

○郷土料理

※SV:食事バランスガイドの単位です

「ちしゃなます」 (1人分 69kcal 塩分 1.1g) 副菜 1SV

(材料4人分)

	ちしゃ	280g
	煮干	40g
	みそ	小さじ4
A {	酢	小さじ4
	さとう	小さじ4



(作り方)

①頭とわたを取った煮干をフライパンで乾煎りし、手でほぐす。すり鉢でよくすり、Aの調味料を加えてすりのばし、いりこみそをつくる。

②ちしゃはよく洗い、水をきって食べやすい大きさにちぎり、食べる直前にいりこみそで和える。

山口県で古くから食べられている「かきチシャ」を使った和え物です。煮干をすりつぶして使うので酢みそにコクが出ておいしいです。

「めた」 (1人分 102kcal 塩分 1.4g) 副菜 1SV

(材料4人分)

	ネギ三昧	280g
	あさり	120g
	みそ	40g
A {	だし汁	40cc
	さとう	大さじ2
	みりん	大さじ2
	酢	大さじ2



(作り方)

①みそをすり鉢ですりつぶしておき、Aを合わせて練り味噌をつくる。

②①に酢を加えて混ぜる。

③ネギ三昧は熱湯でさっとゆでて、3cmの長さに切る。

④あさはゆでて身を取り出し冷ましておく。

⑤③④を②で和え、器に盛る。

特産品の「ネギ三昧」を使います。殖生地区でとれる「あさり」を使った地産地消メニューです。

「けんちょう」

(1人分 140kcal 塩分0.8g)

主菜1SV、副菜1SV

(材料4人分)

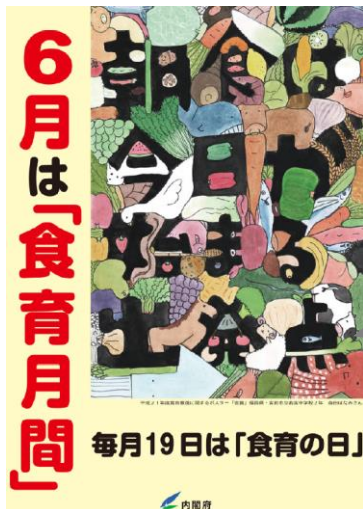
木綿豆腐	1丁(400g)	
だいこん	160g	
にんじん	20g	
油あげ	1枚	
サラダ油	大さじ1	
A {	砂糖	小さじ2
	塩	少々
	しょうゆ	大さじ1
	だし汁	大さじ1・1/3

(作り方)

- ①豆腐は布巾に包み、水気を切っておく。
- ②だいこん、にんじんはいちょう切りし、油揚げは短冊切りにする。
- ③鍋に油を熱して②を入れてよく炒め、Aの調味料を加えて混ぜ、煮る。
- ④豆腐をくずしながら③に加え、やや弱火で煮込む。



山口県の代表的な郷土料理です。大根と豆腐を基本の具材とし、大根が旬の冬場に家庭でよく作られる料理です。



6月は「食育月間」

毎月19日は「食育の日」です

平成21年度食育月間広報ポスター(内閣府)

食育とは・・・？

- ・生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの。
- ・さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

○新郷土料理

「めたスパゲティ」

(1人分620kcal 塩分1.6g)

主食2SV、副菜1.5SV

(材料4人分)

	スパゲティ	400g
	たまねぎ	400g
	ネギ三昧	60g
	バター	10g
	あさりむき身	100g
	酒	大さじ2
A	白みそ	少々
	酢	大さじ2 (30g)
	さとう	小さじ2 (18g)
	みりん	32g
	生クリーム	40cc
	クリームチーズ	40g

(作り方)

- ①たまねぎは薄切り、ネギ三昧は2cmくらいの長さに切っておく。
- ②Aを混ぜ合わせてみそだれをつくる。クリームチーズは生クリームでのばしておく。
- ③あさは酒蒸しにし、身を取り出しておく。
- ④フライパンを熱し、バターを溶かしてたまねぎを炒め、塩・こしょうをする。
- ⑤湯を沸かしてスパゲティをゆでる。
- ⑥④に⑤のスパゲティ、②のみそだれを入れて調味する。
- ⑦⑥にあさりとネギ三昧を入れて、最後にのばしておいたクリームチーズを入れる。



郷土料理「めた」をアレンジした料理です。“郷土料理を若い世代に広めよう”というテーマで、厚狭高等学校の生徒がメインで考案しました。



食生活改善推進員と高校生が郷土料理を作り、試食してアレンジメニューの検討会をする様子
(厚狭高等学校にて)



「けんちょうコロッケ」

(1個あたり390kcal 塩分0.9g) **主食 0.5SV、副菜 1SV、主菜 0.5SV**

(材料約16個分)

☆けんちょうの材料

だいこん	80g
にんじん	45g
れんこん	50g
ごぼう	30g
木綿豆腐	150g
油揚げ	25g
豚バラ肉	45g
だし汁	100cc
しょうゆ	大さじ2
さとう	大さじ1・1/2
塩	少々
サラダ油	大さじ1/2

☆コロッケの材料

じゃがいも	370g
小麦粉	適量
卵	2個
パン粉	適量
ごはん	800g

(作り方)

～けんちょうづくり～

- ①だいこん、にんじん、れんこんは皮をむき、小さめのいちょう切りにする。
- ②ごぼうは皮をむき、小さめのささがきにする。
- ③①、②を油で炒め、だし汁を入れて汁気がなくなるまで煮る。

～コロッケづくり～

- ①じゃがいもをゆでて、つぶす。
- ②作っておいた「けんちょう」と①を1：1の割合で混ぜて小判型にし、ご飯でくermi、衣をつけて揚げる。



郷土料理「けんちょう」をアレンジした料理です。多く作って余ってしまったけんちょうを活用して作ると簡単です！



「けんちょうコロッケ」を作る高校生
(「新郷土料理試食会」より)

○地場産物を使った料理

「グリーンアスパラのごまあえ」(1人分 24kcal 塩分0.1g) 副菜1SV

(材料4人分)

	グリーンアスパラ	280g
	白ごま	大さじ1/2
A	ねりごま	12g
	さとう	小さじ1弱(2g)
	しょうゆ	4cc

(作り方)

- ①グリーンアスパラをゆでて、4cmの長さに切る。
- ②混ぜ合わせたAに①を加えて混ぜる。
- ③②に白ごまを加えて和える。



特産品の「きのう今日アスパラ」を使ったごまあえです。春が旬の野菜です！

「そうめん瓜なます」(1人分 33kcal 塩分0.2g) 副菜1SV

(材料4人分)

そうめん瓜	中1個(400g)
干しえび	20g
さとう	小さじ2
酢	大さじ4

(作り方)

- ①干しエビは酢に浸しておく。さとうと酢を合わせておく。
- ②そうめん瓜を半分にわって、たっぷりのお湯で茹でる。柔らかくなって箸でほぐれるようになれば、ザルにあげる。
- ③流水で流しながら握ってほぐし、水気を切る。
- ④よく絞った③を干しえび、調味料で和える。



そうめん瓜はゆでると繊維がほぐれてまるで「そうめん」のようになることから名づけられました。しゃきしゃきした歯ごたえが特徴で、8月下旬から9月にかけての時期が旬の食材です。

「木の芽和え」

(1人分 137kcal 塩分0.1g) 副菜1SV

(材料4人分)

たけのこ	200g
ほうれん草	1/5束(40g)
木の芽	少々
白ごま	大さじ2
さとう	大さじ2
みそ	大さじ2



(作り方)

- ①たけのこは米ぬかを入れて茹でて、ぬかはきれいに洗い落とし、適当な大きさに切る。
- ②白いりごまをすり鉢ですり、木の芽を加えて更にすり、ほうれん草と味噌を混ぜ合わせて和え衣をつくる。
- ③①を②の和え衣に加えて和える。

春が旬の「たけのこ」「木の芽」を使った、季節感のある一品です。春の香りを感じながらいただきます。

「元気のりのり汁」

(1人分96kcal 塩分1.4g) 副菜1SV

(材料4人分)

A {	えそミンチ	80g
	卵	16g
	片栗粉	4g
	みそ	小さじ1強(4g)
	酒	小さじ1(5g)
	しょうが(おろし)	小さじ1(6g)
	さつまいも	80g
	大根	80g
	にんじん	40g
	生しいたけ	40g
	白ねぎ	40g
	浜のてんぷら	20g
	干し海苔	4g
	だし汁	3カップ(600cc)
	みそ	32g

(作り方)

- ①さつまいも、大根、にんじんはいちょう切り、しいたけはうす切り、白ねぎは小口切りにする。てんぷらは短冊切りにする。しょうがはすりおろす。
- ②Aを混ぜ合わせてえそつみれをつくる。
- ③だし汁に材料を入れて煮る。
- ④煮えたらみそを溶き入れ、最後に白ねぎ、干し海苔を入れて仕上げる。



えそミンチ、干し海苔、白ねぎなど山陽小野田市の特産品を使った具たくさんのみそ汁です。

平成 25 年度 食育に関する市民意識調査

1. 目的

山陽小野田市食育推進計画の推進にあたり、市民の食生活や食育に対する現状を把握し、また、数値目標の達成状況を確認することで計画の中間評価を行い、計画の見直しをはかるために調査を実施する。

2. 実施期間

平成 25 年 11 月 1 日～30 日

3. 対象者

市内小学校 5 年生及び中学校 2 年生

市内幼稚園・保育園保護者、及び 20 歳以上の市民

4. 方法

①幼稚園、保育園、小学校、中学校については、施設を通じて本人及び保護者に配布、回収した。

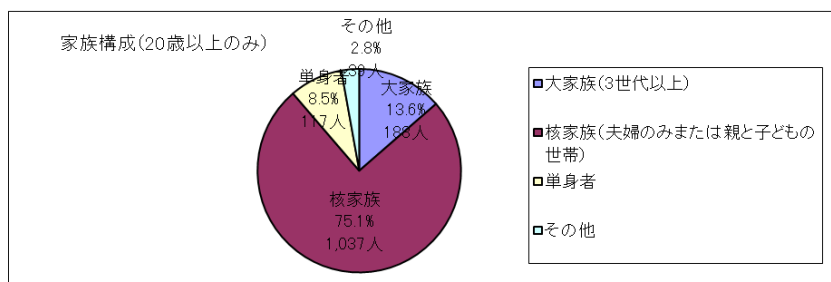
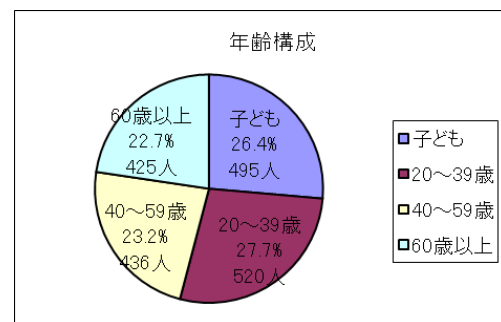
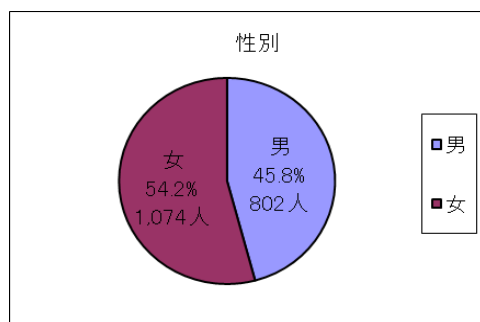
②上記以外の市民については各団体等の協力、または保健事業、食育事業等イベントでの調査・回収を行った。

6. 回収結果

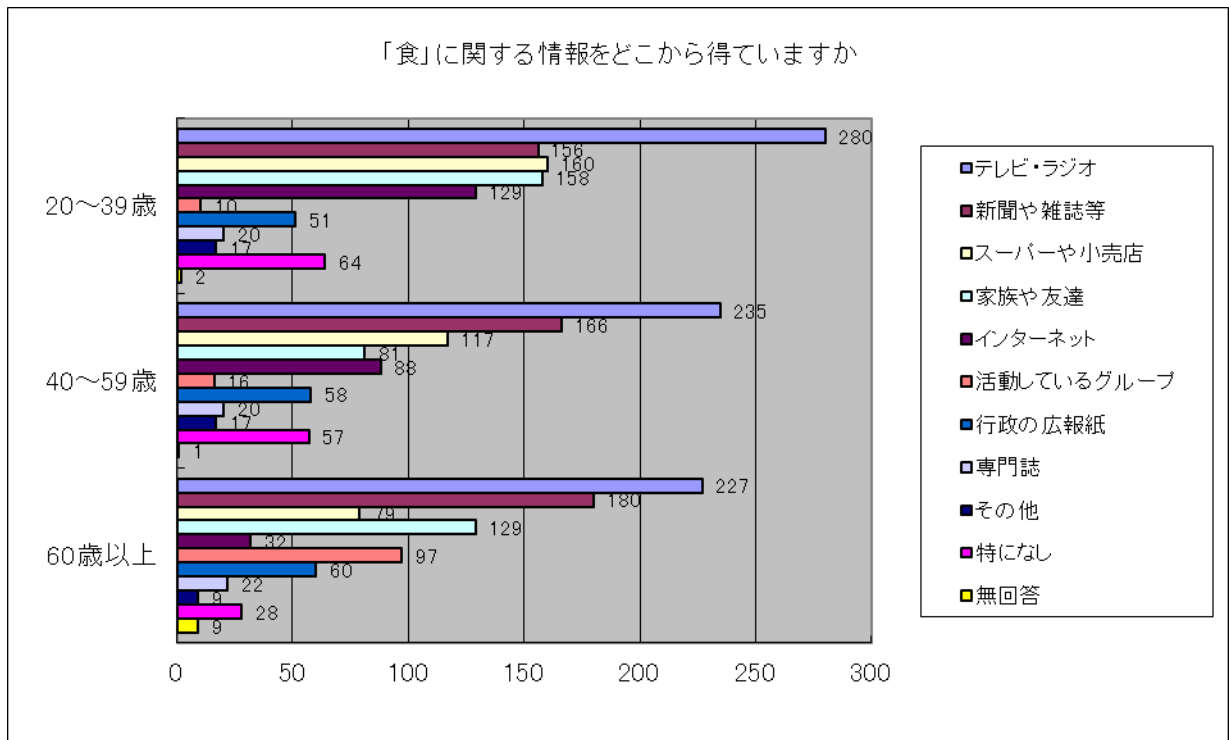
配布数 2,000 枚に対し、1,876 枚回収（回収率 93.8%）

【内訳】

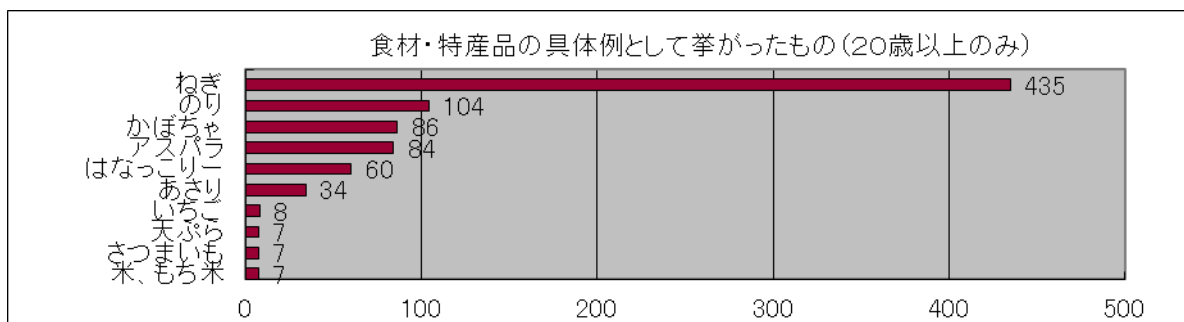
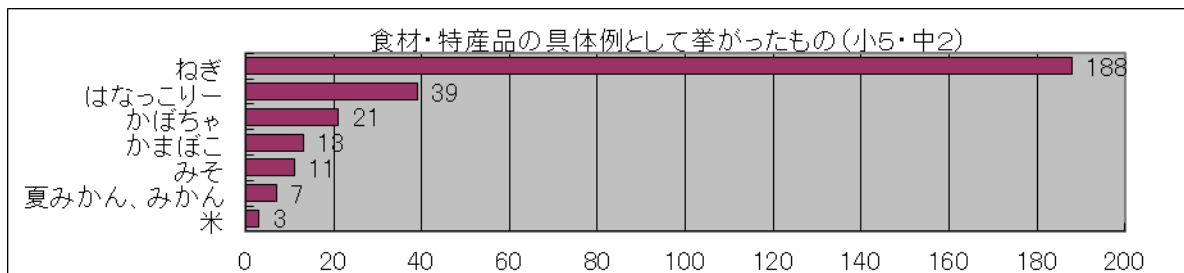
対象者	配布数	回収数	回収率
小学 5 年生	251	251	100%
中学 2 年生	244	244	100%
20 歳以上の市民	1,505	1381	91.8%
合 計	2,000	1876	93.8%



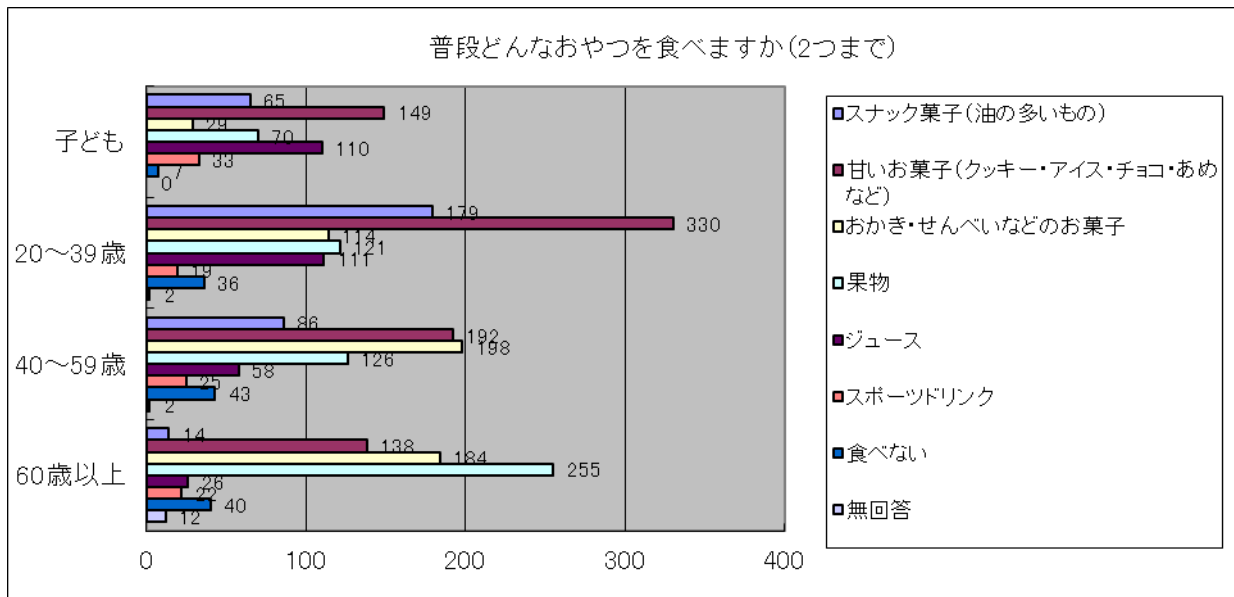
○食に関する情報について



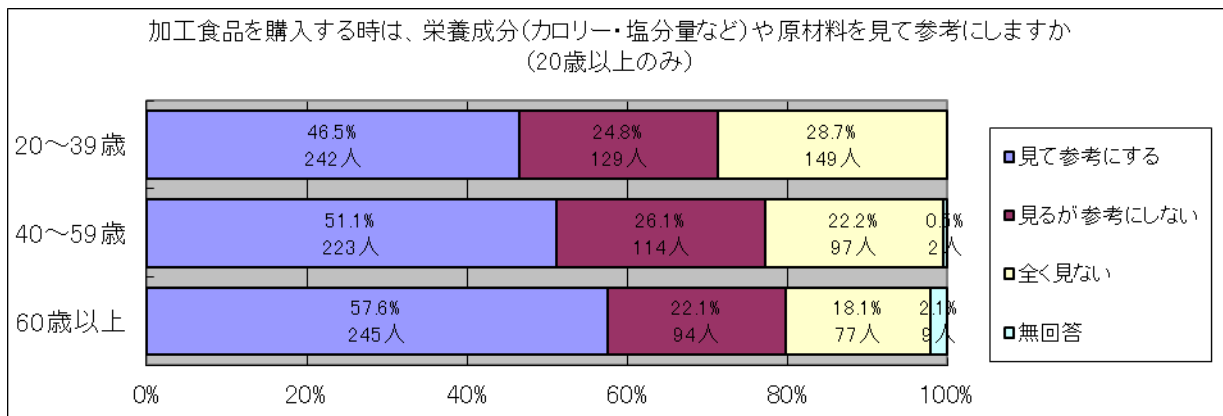
○地元の食材・特産品名の具体例として挙げたもの



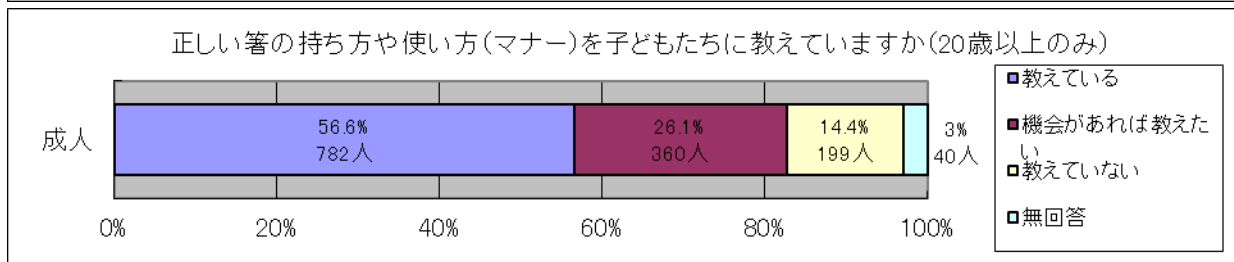
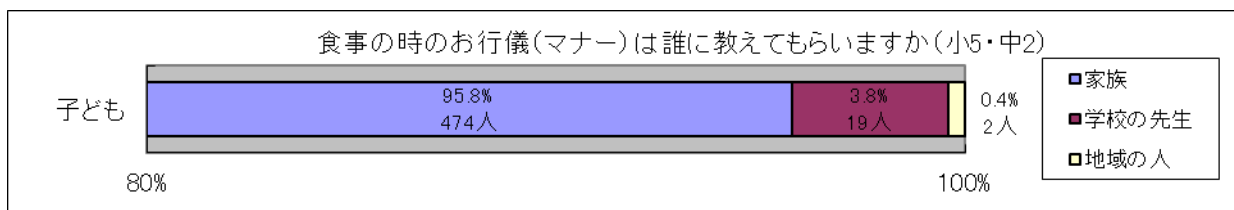
○おやつの摂取状況について



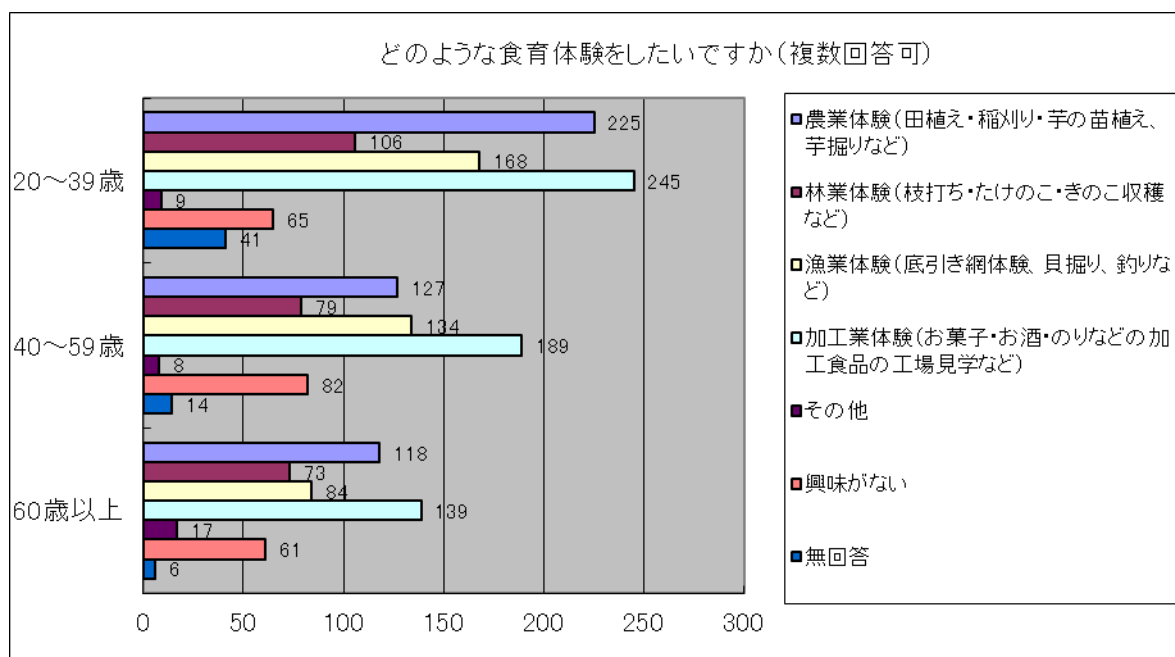
○食品表示について



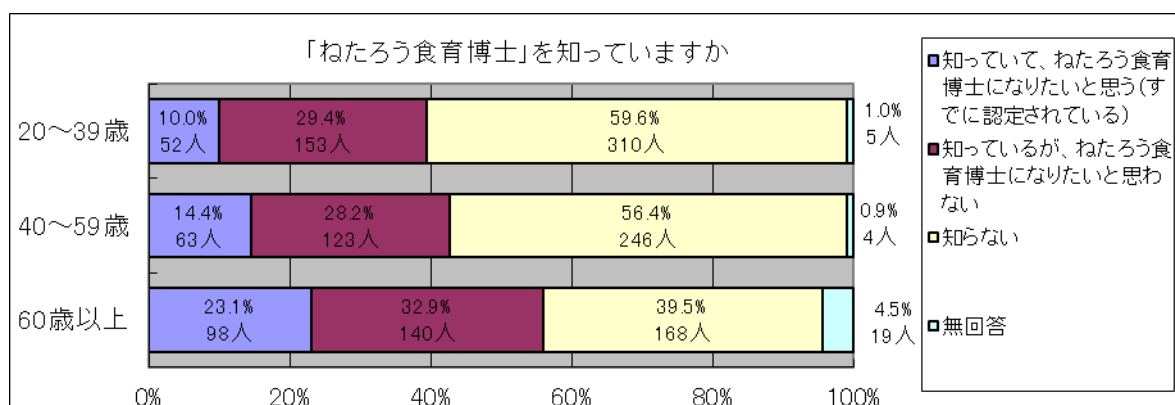
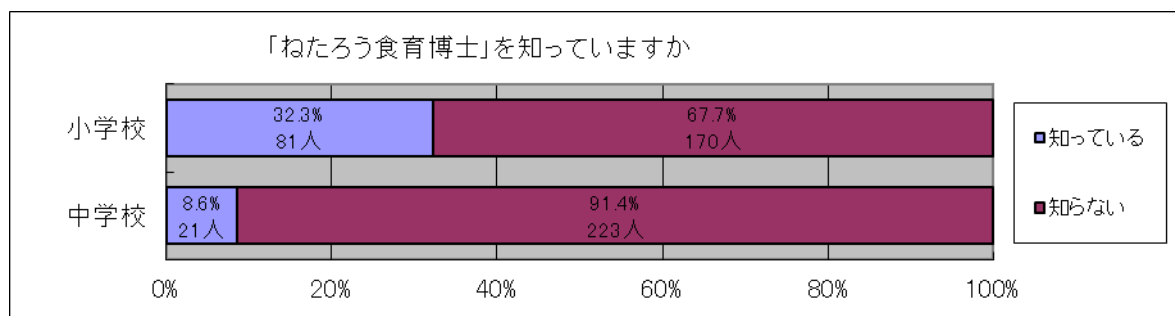
○食事のマナーの伝承について

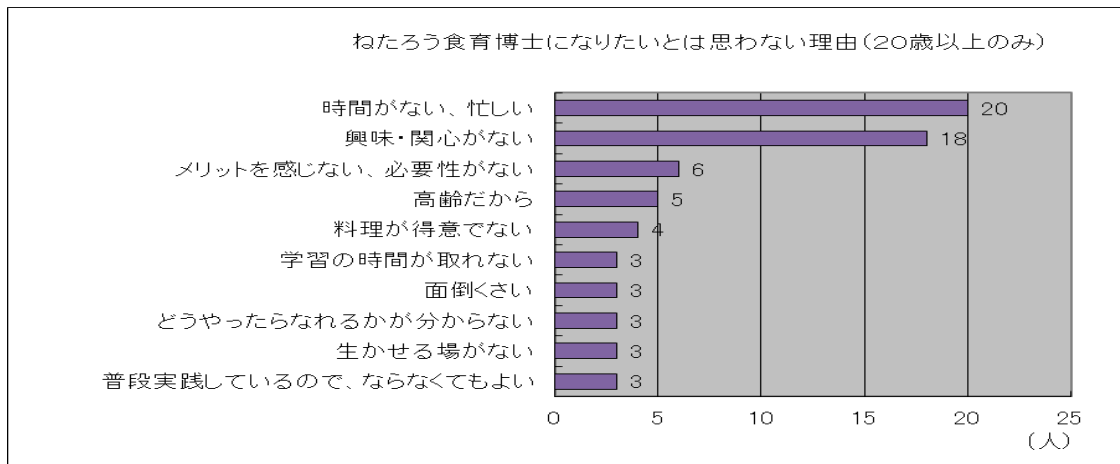


○食育体験への関心について

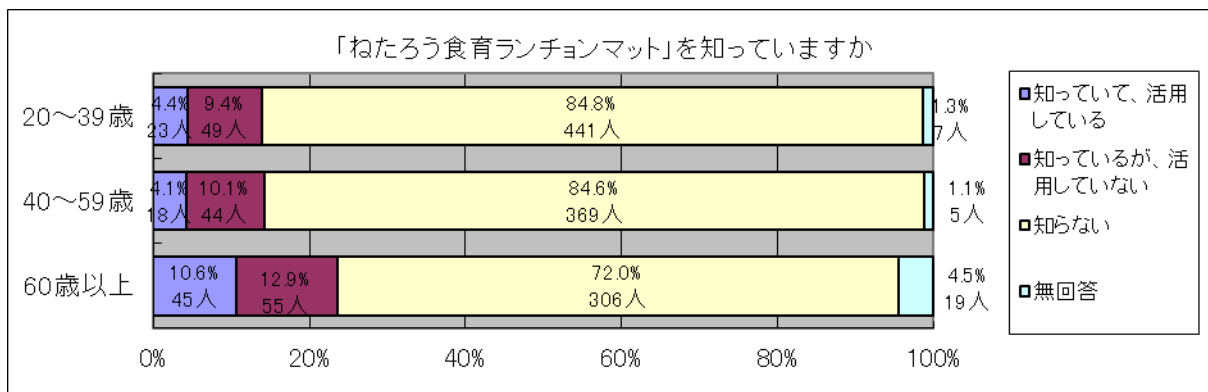
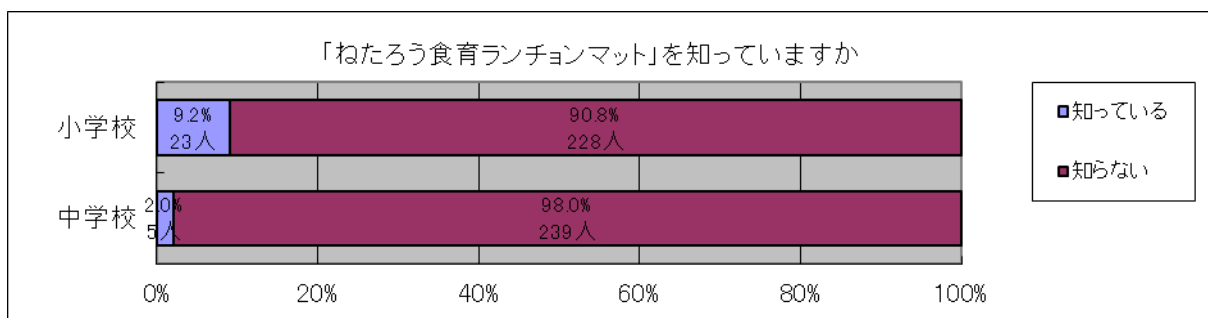


○食育計画、啓発ツール等の認知度について
(ねたろう食育博士)

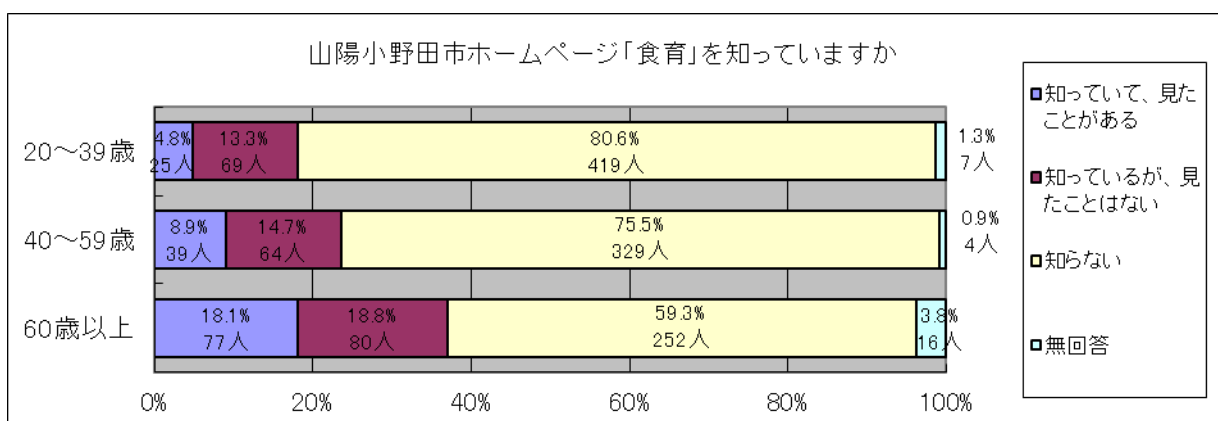




(ねたろう食育ランチョンマット)



(ホームページ「食育」)



食育に関する市民意識調査 (成人)

・該当する番号に○を付けてください。

- 【年齢】 1. 20～39歳 2. 40～59歳 3. 60歳以上
 【性別】 1. 男性 2. 女性
 【家族構成】 1. 大家族 (3世代以上) 2. 核家族 (夫婦のみ又は親と子供の世帯)
 3. 単身者 4. その他

【1】「食育」という言葉を聞いたことがありますか？

1. 聞いたことがあり、関心がある
2. 聞いたことがあるが、関心がない
3. 聞いたことがない

○食育とは
 ・生きる上での基本であって、知育・徳育
 および体育の基礎となるべきもの。
 ・さまざまな経験を通じて「食」に関する
 知識と「食」を選択する能力を習得し、
 健全な食生活を実践することができる
 人間を育てること。

【2】「食事バランスガイド」を知っていますか？

1. 知っていて、食事の参考にしてている
2. 知っているが、食事の参考にはしていない
3. 知らない

○「食事バランスガイド」とは
 ・食事を主食、主菜、副菜、牛乳・乳
 製品・果物の5つのグループに分け、
 1日に「何を」「どれだけ」食べたら
 いいのかという目安を、コマのイラ
 ストであらわしたものです。

【3】山陽小野田でつくられる食材・特産品を
 知っていますか？

1. 知っている (具体的に:)
2. 知らない

【4】地元で伝わる料理 (ぬた・ちしゃなます・
 けんちょう・そうめん瓜なますなど) を
 知っていますか？

1. 知っていて、家でも食べる
2. 知っているが、家では食べない
3. 知らない

【5】「食」に関する情報 (食事バランスガイド、食材の旬、野菜の育て方、
 食材のリサイクルなど) をどこから得ていますか？ (複数可)

1. テレビ・ラジオ 6. 活動しているグループ
2. 新聞や雑誌等 7. 行政の広報誌
3. スーパーや小売店 8. 専門誌
4. 家族や友達 9. その他 ()
5. インターネット 10. 特になし

【6】県内産の食材や加工食品を購入するために、直売所 (朝市、100円市など) や
 スーパーの地場産コーナーなどを利用していますか？

1. 頻繁に利用している 問6-1へ
2. 時々利用している 問6-1へ
3. 全く利用していない 問6-2へ

【6-1】問6で1または2と答えた方にお聞きします。その理由はなぜですか？

1. 安心・安全だから
2. 新鮮だから
3. 価格が安いから
4. 地域の産業の活性化になるため
5. その他 ()

【6-2】問6で3と答えた方にお聞きします。その理由はなぜですか？

1. 価格が高いから
2. 近くにそのような店やコーナーがないから
3. その他 ()

【7】加工食品を購入する時は、栄養成分 (カロリー・塩分量など) や原材料を見て
 参考にしますか？

1. 見て参考にする
2. 見るが参考にはしない
3. 全く見ない

【8】朝食を食べていますか？
 (飲み物だけは含まない)

1. 毎日食べる
2. 週に4～6回食べる
3. 週に1～3回食べる
4. 食べない

【9】普段の食生活で、魚料理と肉料理のどちらを
 よく食べますか？

1. 両方とも同じくらいよく食べている
2. 魚料理をよく食べる
3. 肉料理をよく食べる
4. 両方ともあまり食べない

【10】普段の食生活で、1日に野菜料理 (海藻類・いも・きのこ類を含む) を
 毎回食べますか？

1. 毎回 (3食) 食べる
2. 2食は食べる
3. 1食は食べる
4. ほとんど食べない

裏面もお答えください⇒

【11】普段どんなおやつを食べますか？ (2つまで○をつ
 1. スナック菓子 (油の多いもの)

2. 甘いお菓子（クッキー、アイス、チョコ、あめなど）
3. おかき・せんべいなどのお菓子
4. 果物
5. ジュース
6. スポーツドリンク
7. 食べない

【12】家庭で行事食を食べていますか？

1. 食べる
2. 食べない

【13】夕食は誰と食べていますか？

1. いつも家族と食べる
2. ときどき一人で食べる
3. いつも一人で食べる

【14】食事の時間は楽しいですか？

1. 楽しい
2. ふつう
3. 楽しくない

【15】家庭で料理、食事の準備、片付けなどをしますか？

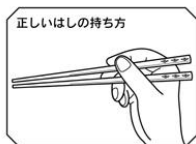
1. 毎日する
2. 時々する
3. 全くしない

【16】食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか？

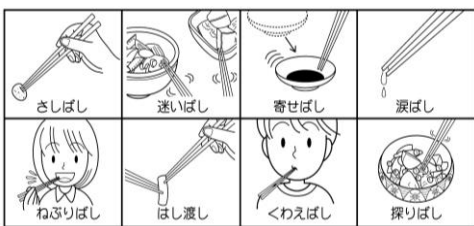
1. いつもしている
2. 時々している
3. 全くしていない

【17】正しい箸の持ち方や使い方（マナー）を子どもたちに教えていますか？

1. 教えている
2. 機会があれば教えたい
3. 教えていない



～こんな使い方はマナー違反～



○行事食とは
季節折々の伝統行事などの際にいただく料理、特別な行事の時の華やかな食事のことをいいます。
(おせち料理、七草がゆ、節分のいわし、鰯、桃の節句のちらし寿司など)

1. している
2. 時々している
3. 全くしていない

【20】家庭で野菜などの栽培・収穫をしますか？

1. よくする
2. 時々する
3. 全くしない

【21】次のうち、どのような食育体験をしたいですか？（複数可）

1. 農業体験（田植え・稲刈り・芋の苗植え、芋掘りなど）
2. 林業体験（枝打ち・たけのこ・きのこ収穫など）
3. 漁業体験（底引き網体験、貝掘り、釣りなど）
4. 加工業体験（お菓子・お酒・のりなどの加工食品の工場見学など）
5. その他（ ）
6. 興味がない

【22】山陽小野田市食育推進計画「元気いっぱい ねたろう『食育』プラン」を知っていますか？

1. 名前も内容も知っている
2. 名前は知っているが、内容は知らない
3. 知らない

【23】「ねたろう食育博士」を知っていますか？

1. 知っていて、ねたろう食育博士になりたいと思う（すでに認定されている）
2. 知っているが、ねたろう食育博士になりたいとは思わない → 問 23-1 へ
3. 知らない

【23-1】問 23 で 2 と答えた方にお聞きます。その理由はなぜですか？理由をお書きください。（ ）

【24】「ねたろう食育ランチョンマット」を知っていますか？

1. 知っていて、活用している
2. 知っているが、活用していない
3. 知らない

【25】山陽小野田市ホームページ「食育」を知っていますか？

1. 知っていて、見たことがある
2. 知っているが、見たことはない
3. 知らない

ご協力ありがとうございました。

山陽小野田市健康増進課

食育に関する市民意識調査（子ども）

小学校 中学校 男 女



【1】食事バランスガイドを知っていますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 知っている
2. 知らない

【2】山陽小野田市でつくられる食(しょく)材・特(とく)産品(さんひん)を知っていますか？

1. 知っている（知っているものの名前： _____）
2. 知らない

【3】地元に伝わる料理（ぬた・けんちょう・ちしゃなます・そうめんうりなますなど）を知っていますか？

あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 知っていて、家でも食べる
2. 知っているが、家では食べない
3. 知らない

【4】食事の時間は楽しいですか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 楽しい
2. ふつう
3. 楽しくない

【5】食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. いつもしている
2. 時々している
3. 全くしていない

【6】食事の時のお行儀(ぎょうぎ)（マナー）は誰(だれ)に教えてもらいますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 家族
2. 学校の先生
3. 地域(ちいき)の人（公民館・ボランティアの先生、子ども会など）

【7】食事を残さないようにしていますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 残さない
2. 時々残す
3. いつも残す

【8】家で野菜などを育てたことがありますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 育てたことがある
2. 育てたことがない

【9】家で料理(りょうり)、片付(かたづ)けなどをしますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 毎日する
2. 時々する
3. 全くしない

【10】1日に野菜料理（海藻(かいそう)・いも・きのこ類(るい)を含む）を毎回食べますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 毎回（3食）食べる
2. 2食は食べる
3. 1食は食べる
4. ほとんど食べない

【11】どんなおやつを食べますか？（2つまで○をつけてください）

1. スナック菓子(がし)（油の多いもの）
2. 甘いお菓子（クッキー、アイス、チョコ、あめなど）
3. おかき・せんべいなどのお菓子
4. 果物
5. ジュース
6. スポーツドリンク
7. 食べない

【12】「ねたろう食育博士」を知っていますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 知っている
2. 知らない

【13】「ねたろう食育ランチョンマット」を知っていますか？あてはまるところ一つに○をつけましょう。

1. 知っている
2. 知らない

ご協力ありがとうございました。

山陽小野田市健康増進課

○食育基本法（抄）

前文

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。

今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。

もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。

国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩（そう）身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾（はん）濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。

また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。

さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

（市町村食育推進計画）

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあつては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

○食育推進計画 策定の経過

1. 山陽小野田市食育推進プロジェクトチーム

第1回（平成21年7月23日）

- ・計画の位置づけ、実施期間、他の計画との整合性の検討

第2回（平成21年8月27日）

- ・計画の基本理念、目的・方向性（目指す姿）の検討

第3回（平成21年9月24日）

- ・食育に関する意識調査の内容の検討

第4回（平成21年10月22日）

- ・食育に関する意識調査の方法の検討

第5回（平成21年11月26日）

- ・食育に関する意識調査結果の中間報告

第6回（平成21年12月24日）

- ・食育に関する意識調査結果の分析、課題抽出

第7回（平成22年1月28日）

- ・計画の基本理念、目的・方向性の再検討
- ・食育推進の具体的施策、目標値の検討
- ・山陽小野田市食育推進計画策定協議会の委員の検討

第8回（平成22年2月25日）

- ・食育推進連携体制の検討、計画の評価方法の検討
- ・山陽小野田市食育推進計画策定協議会の委員の検討

第9回（平成22年3月25日）

- ・計画の素案のまとめ

第10回（平成22年4月22日）

- ・平成21年度食育推進プロジェクトチーム会議の報告
- ・山陽小野田市食育推進計画策定協議会の予定について

第11回（平成22年7月22日）

- ・食育推進計画策定協議会の中間報告
- ・具体的施策・モデル事業案についての検討

第12回（平成22年10月13日）

- ・食育推進計画のまとめについて

2. 山陽小野田市食育推進計画策定協議会

第1回（平成22年6月1日）

- ・食育推進計画と食育推進プロジェクトチームの取り組みについて
- ・所属団体の取り組みについて

第2回（平成22年7月6日）

- ・計画策定の趣旨、位置づけ、期間、体制についての検討
- ・山陽小野田市の食をめぐる現状と課題についての検討
- ・基本理念、目的、方向性についての検討
- ・食育推進の目標と目標値についての検討
- ・食育推進の具体的施策についての検討

第3回（平成22年8月3日）

- ・食育推進の具体的施策についての検討
- ・食育推進体制についての検討
- ・評価時期・評価方法についての検討
- ・モデル事業案についての検討

第4回（平成22年9月7日）

- ・計画のまとめについて

山陽小野田市食育推進プロジェクトチーム設置要綱

平成22年4月1日制定

(設置)

第1条 山陽小野田市食育推進計画の策定にあたり、本市における食育推進の総合的な企画及び調整を行うため、山陽小野田市食育推進プロジェクトチーム（以下「チーム」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 チームの所掌事務は、次のとおりとする。

- (1) 山陽小野田市食育推進計画とその他の計画の調整に関すること。
- (2) チームの目的達成に必要な事項に関すること。

(設置期間)

第3条 チームは、その所掌事務を終了したときは、解散するものとする。

(構成員)

第4条 チームの構成員（以下「構成員」という。）は、次の各号に掲げる課・室に属する者の中から市長が任命する。

- (1) 総合政策部企画課
- (2) 市民生活部協働推進課
- (3) 市民生活部生活安全課
- (4) 市民生活部環境課
- (5) 健康福祉部高齢障害課
- (6) 健康福祉部こども福祉課
- (7) 健康福祉部国保年金課
- (8) 産業建設部商工労働課
- (9) 産業建設部農林水産課
- (10) 教育委員会教育政策室
- (11) 教育委員会学校教育課

2 構成員の中から互選により委員長及び副委員長を置く。

3 委員長は、チームの運営について指揮し、統括する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、委員長の職を代理する。

(会議)

第5条 チームの会議は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員長が必要と認めるときは、構成員以外の者を出席させ、意見を聴取す

ることができる。

(庶務)

第6条 チームの庶務は、健康福祉部健康増進課において処理する。

(雑則)

第7条 この要綱に定めるもののほか、チームの運営に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この要綱は、平成21年7月23日から施行する。

附 則

この要綱は、平成22年4月 1日から施行する。

食育推進プロジェクトチーム委員名簿

平成 21 年度		平成 22 年度	
課 名	氏 名	課 名	氏 名
企画課	福田 智之	企画課	別府 隆行
市民活動推進課	阿曾 美登里	協働推進課	阿曾 美登里
高齢障害課	辻永 民憲	高齢障害課	辻永 民憲
児童福祉課	原田 まり子	こども福祉課	原田 まり子
国保年金課	小林 はな美	国保年金課	小林 はな美
農林水産課	松岡 進	農林水産課	亀田 由紀枝
商工労働課	川地 諭	商工労働課	塚本 晃子
廃棄物リサイクル課	南條 靖宏	生活安全課	平中 孝志
環境課	篠原 正裕	環境課	篠原 正裕
学校教育課	麻野 秀明	学校教育課	麻野 秀明
教育政策室	壹岐 雅紀	教育政策室	吉岡 忠司

山陽小野田市食育推進計画策定協議会設置要綱

平成22年4月1日制定

(目的及び設置)

第1条 山陽小野田市食育推進計画（以下「食育推進計画」という。）の策定に当たり、市民の意見、提言等を反映するため、山陽小野田市食育推進計画策定協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 協議会は、次に掲げる事項をつかさどる。

- (1) 食育推進計画を策定するために調査、研究及び提言すること。
- (2) その他食育計画の策定に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 協議会は、委員13人以内をもって組織し、委員は、次に掲げる者の内から市長が委嘱し、または、任命する。

- (1) 民間団体等の代表者
- (2) 学識経験者
- (3) 公募による者
- (4) その他市長が必要であると認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、食育推進計画の策定が終了するまでとする。ただし、欠員が生じた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に、会長及び副会長を1人置き、委員の互選により定める。

- 2 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は、会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

- 2 協議会の会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。
- 3 協議会の会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。
- 4 協議会の会議は、必要と認める場合において、委員以外の者の協議会の会議への出席を求め、意見又は説明を聴くことができる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、健康福祉部健康増進課が行う。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営について必要な事項は、別に定める。

附 則

この要綱は、平成22年4月1日から施行する。

食育推進計画策定協議会委員名簿

所属・団体等	氏 名	備考
宇部フロンティア大学食物栄養学科	溝田 美苗	会長
食生活改善推進協議会	半矢 幸子	副会長
南高泊干拓農業協同組合	植田 勝己	
山口県漁業協同組合	舩林 芳子	
消費者の会	名和田 伴江	
旬菜惑星推進協議会	永山 純一郎	
私立幼稚園連盟	保村 由子	
市保育協会給食部会	甲良 恵津子	
小中学校栄養士会	上土井 政恵	
美祢農林事務所	河野 隆則	
母子保健推進協議会	松尾 嘉子	
公募委員	安達 敬子	
公募委員	米原 優子	

山陽小野田市食育推進地域連絡会規約

平成23年4月1日制定

(目的及び設置)

第1条 山陽小野田市食育推進計画『元気いっぱいねたろう「食育」プラン』(以下「計画」という。)を総合的かつ計画的に推進するとともに、事業の進捗状況について評価を行い、計画の適切な進行管理をするため、山陽小野田市食育推進地域連絡会(以下「連絡会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第3条 連絡会は、次に掲げる事項をつかさどる。

- (1) 計画の推進、進捗状況について評価および提言すること。
- (2) その他計画の推進に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 連絡会は、次に掲げる者の内から委員12人以内をもって組織する。

- (1) 民間団体等の代表者
- (2) 庁内関係各課の代表者
- (3) その他会長が必要であると認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とし、再任は妨げない。ただし、欠員が生じた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 連絡会に、会長及び副会長を1人置き、委員の互選により定める。

2 会長は、連絡会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は、会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 連絡会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 連絡会の会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(庶務)

第7条 連絡会の庶務は、健康福祉部健康増進課が行う。

(その他)

第8条 この規則に定めるもののほか、連絡会の運営について必要な事項は、別に定める。

附 則

この規則は、平成 23 年 4 月 1 日から施行する。

山陽小野田市食育推進地域連絡会委員名簿

(平成 25 年度)

所属・団体等	氏 名	備考
食生活改善推進協議会	半矢 幸子	会長
消費者の会	名和田 伴江	副会長
南高泊干拓農業協同組合	土井 敏明	
山口県漁業協同組合	舩林 芳子	
旬菜惑星推進協議会	縄田 義孝	
母子保健推進協議会	吉田 由美子	
厚狭高等学校総合家庭科	古野 裕子	
ねたろう食育ネットワーク	藤田 千恵子	
農林水産課	多田 敏明	
商工労働観光課	野原 嵩恵	
環境課	阿部 友香	
学校教育課	道元 倫子	



山陽小野田市
SANYO ONODA CITY

山陽小野田市食育推進計画

発行日／平成26年7月

発行／山口県山陽小野田市

企画・編集／山陽小野田市健康福祉部健康増進課